THE LARGEST CIRCULATED TELUGU WEEKLY

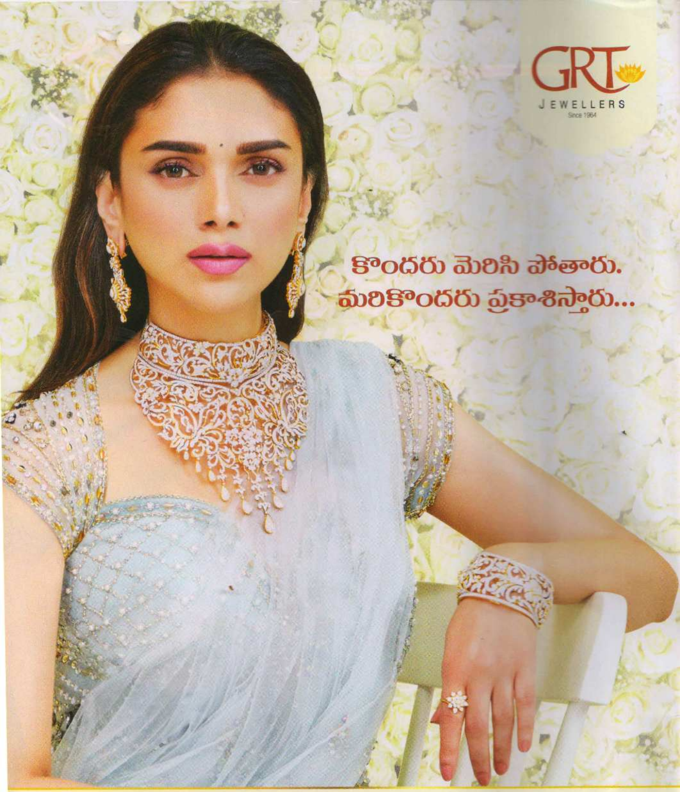
స్వాతి

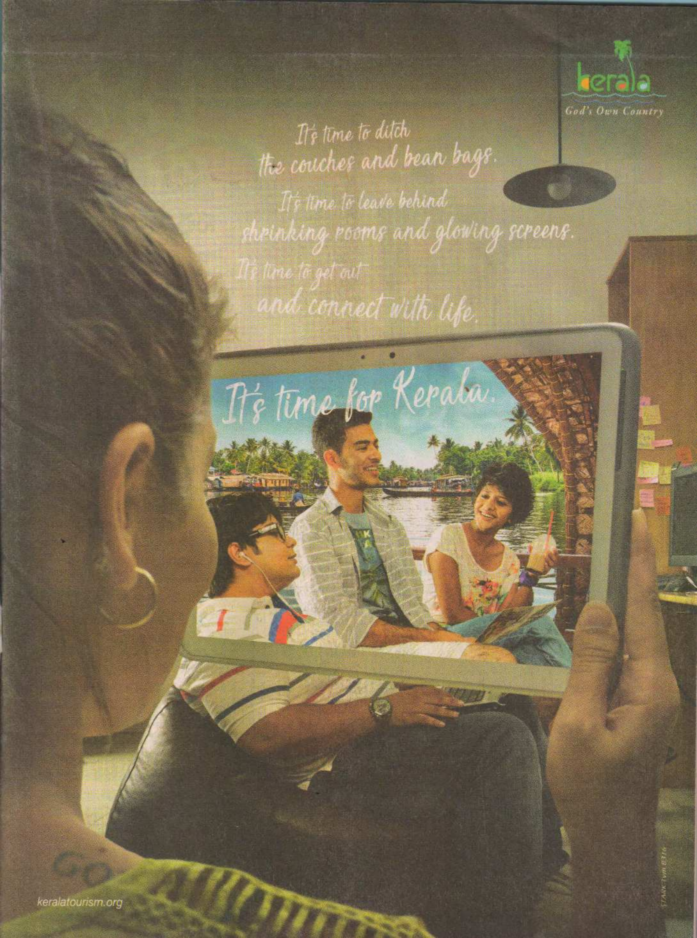
ESTABLISHED 1984

₹20
16.2.2018

సచిత్ర వారపత్రిక




GRT
JEWELLERS
Since 1964
కొందరు మెరిసి పోతారు.
మరికొందరు ప్రకాశిస్తారు...


kerala
God's Own Country
It's time to ditch
the couches and bean bags.
It's time to leave behind
shrinking rooms and glowing screens.
It's time to get out
and connect with life.
It's time for Kerala.
keralatourism.org



THE LARGEST CIRCULATED TELUGU WEEKLY

స్వాతి

సపరివార పత్రిక

FOUNDER PROPRIETOR EDITOR : VEMURI BALARAM



పాఠక దేవుళ్ళకు నమస్కారం

ఎడిటర్

వేమూరి బలరామ్

ESTABLISHED 1984 | సంపుటి 34 | 16.2.2018 | సంచిక 33

అనిల్ బిల్డింగ్స్. సూర్యారావుపేట. పోస్ట్ బాక్స్ 339. విజయవాడ 520 002

ముఖచిత్రం : ప్రియాంకచోప్రా Courtesy : YOU & I

> To do what others can't do is talent, to do what talent can't do is genuis

సత్యస్వరూపం

వస్తుప్రపంచంనుండి కదిలే అనురాగ ఆవేశమనే నదులు హృదయమనే సాగరమున ప్రవేశించి లయించిపోతాయి.

జ్ఞానమనే సూర్యరశ్మికి హృదయసాగరమునందు లయించిన అనురాగజలం ఆవిరియై బుద్ధియనే గగనాన మేఘసరమై నిలుస్తుంది

అవగాహన అనే చల్లటిగాలులు వీచినపుడు ఆ మేఘమాల ప్రేమరసమును ఒలకబోస్తుంది. బుద్ధియనే మేఘమునుండి కదిలివచ్చిన ప్రేమ వర్షము, మనస్సనే అంతరంగంపై బడుతుంది. అంతవరకు మనోక్షేత్రంలో అవ్యక్తంగా దాగివున్న భక్తిబీజాలు మొలకెత్తనారంభిస్తాయి.

బీడువారినట్లు గోచరించుచుండిన మనోక్షేత్రం పచ్చబడి కళ్యాణశోభతో కళకళలాడుతుంది. ఆంతర్యంలో ప్రేమ అంకురించగానే బ్రతుకులో పచ్చదనమేర్పడుతుంది.

హృదయం ఆహ్లాదాన్ని పొంది తృప్తిచెందుతుంది. అంతరంగమంతయు ఆత్మానుభూతితో నిండిపోతుంది. బాహ్యశోభను గాంచునది ఆంతరంగిక వైభవమే గనుక ఆంతర్యంలో ప్రేమ స్ఫురించగనే బాహ్యజగత్తంతయు ప్రేమమయంగానే గోచరిస్తుంది.

సమాజశోభ వ్యక్తిశోభపై నిండివుంది. వ్యక్తి సుఖసంతోషాలతో మనగలిగినపుడు సమాజం శాంతి నిలయమవుతుంది. ప్రేమగల జీవి సమస్తాన్నీ ప్రేమగానే చూస్తాడు. ప్రేమ ఆనందం, అద్భుతం. ప్రేమజీవి ప్రపంచమంతటినీ తన ప్రేమాలింగనంలో ఇముడ్చుకుంటాడు.

బ్రతుకులో భగవంతుడు నిండినపుడే బాహ్యంలో కూడా భగవంతుడు నిండివున్నట్లు గోచరించును. సత్యాన్ని ఎవడైతే ఆంతర్యంలో గాంచగలుగుతాడో వాడే సమస్తమును సత్యస్వరూపంగా కాంచగలుగుతాడు. -కబీర్

E-mail: advtswati@gmail.com swativja@eth.net

Editor : VEMURI BALARAM Swati Publications Anil Buildings Suryaraopet Vijayawada 520 002 Printed and Published by the owner VEMURI BALARAM

Printed at Anil Swati Press Autonagar Vijayawada Cover at Kala Jyothi Process Pvt.Ltd., Hyderabad

Tel.: (0866) 243 1862 243 4017 Advt. 243 1233 Mktg. 243 3938 Fax: 0866-243 0433

CENTRAL SILK BOARD INDIA

केन्द्रीय रेशम बोर्ड भारत

సిల్క్‌మార్క్: సెంట్రల్ సిల్క్ బోర్డ్, జౌళి మంత్రిత్వ శాఖ, భారత ప్రభుత్వం వారి అంకురార్పణ

SILK MARK INDIA

Your Assurance of Pure Silk

శ్రీమతి సిల్క్‌మార్క్ కావాలనుకున్న కలలను సాకారం చేసుకునేందుకు కల్పిస్తున్న గొప్ప సదవకాశం.

సిల్క్‌మార్క్ వారి

Srimathi Silk Mark

HYDERABAD - 2018

రిజిస్ట్రేశన్‌కు ఆఖరు తేదీ: 25.02.2018

గ్రాండ్ ఫినాలే: మార్చ్ నెల 2018 లో

గృహిణిలగురించి వరుసగా ప్రతీ సంవత్సరం ప్రత్యేకంగా నిర్వహిస్తున్న ఐదవ "శ్రీమతి సిల్క్‌మార్క్ హైదరాబాద్ - 2018"

ఇటీవల ఫొటోతోపాటు, పేరు, వయసు, వృత్తి, అభిరుచులు మరియు ఫోన్ నంబర్‌ను, ఈమెయిల్ hyderabad@silkmarkindia.com లేక వాట్సప్ 9573553337 కు పంపి రిజిస్టర్ చేసుకోగలరు. మరియు ఈ క్రింది ఫోన్ నంబర్‌లను సంప్రదించగలరు



SILK MARK ORGANISATION OF INDIA, Central Silk Board, Road No. 72, Prashasan Nagar, Film Nagar Post, Hyderabad - 500096. Tel: +91 40 2355 3337 | Mob: +91 95735 53337 Fax: +91 40 2354 1293 | www.silkmarkindia.com

Telangana Tourism



అత్యధిక సర్క్యులేషన్‌గల ఏకైక తెలుగు వారపత్రిక

సాక్షి

2.2.2018

మనసును జయించే విధానం గురించి శ్రీ విద్యాప్రకాశానందస్వామి వారు చక్కగా ప్రవచించారు. సామాజిక విషయాలను చెబుతూనే వాటికి మానసిక వికాసానికి,వ్యక్తిత్వానికిగల సంబంధాన్ని భాగ్యలక్ష్మిగారు క్లుప్తంగా చెప్పినా రసరమ్యంగా రూపొందించారు.

భువనచంద్ర తనదైన అరుదైన హాస్య శృంగారరస చాతుర్యాన్ని 'కొస్తదించు తావా పిల్లా' కథలో చూపించారు.

'చిలిపి'లోని ప్రతి అంశమూ గుర్తుంచుకోదగిన హాస్యాన్ని పంచింది.

డాక్టర్ శివభూషణం కర్నూలు

సోషల్ మీడియా మంచి-చెడులు తప్పక చదవాల్సిన స్పెషల్ ఫీచర్.

నేటి సమాజాన్ని పట్టిపీడిస్తున్న జాడ్యం గురించి ఎన్నెన్నో విషయాలు వివరించారు. అలాగే 'ఇంకా అడగండి' సెక్స్ గురించి, ఒడుదుడుకుల్లో ఉన్న సంసారాన్ని చక్కదిద్దుకోండని చెప్పిన హితోక్తి ఆలోచింపచేసింది.

నిద్రకు కోటా,నవ్వుకు కోటా,తిండికి కోటా, డబ్బుకుమాత్రం కోటా లేదనే నాయక్ కథ వినూత్నంగా ఉంది.

'భూషణం' కథ డబ్బు, హోదాకంటే బంధాలు, అనుబంధాలు, విలువలు ముఖ్యమని తేల్చింది.

నరసయ్య హైదరాబాద్

'జై భారత్' సీరియల్ చాలా చాలా ఇంట్రెస్టింగ్‌గా ఉంది. 'మెదడుకు తగిన ఆహారం' ఫీచర్ బాగుంది.

'భూషణం' కథ, కామెడీ కథ 'కోటా' బాగున్నాయి. 'చిలిపి' బాగుంది.

'B హ్యాపీ' ఫన్నీగా ఉంటోంది.

'నేనెవరో తెలుసా!' ద్వారా వారం వారం ఎందరో ప్రముఖుల గురించి తెలుసుకుంటున్నాం.

'సత్యాన్వేషణ', 'నేనెవరో తెలుసా!', 'చివరి రోజుల్లో', 'అంతా రాజకీయమే', 'ఫర్ U' శీర్షికలు బాగున్నాయి.

యాకూబ్ పాషా ఖమ్మం

సంపాదకీయంలో 'మనస్సునెలా జయించాలి' అంశం ఎంతో ప్రభావవంతంగా ఉంది. సాధకులు ఒక్కో నియమాన్ని ఆచరణలో పెట్టుకుంటూ తొందరపడక, మనసును ప్రశాంతంగా లొంగదీసుకోవాలన్న శ్రీకృష్ణపరమాత్ముని ఉద్బోధ అమూల్యమైనది.

'సత్యాన్వేషణ' ద్వారా 'అనంతమైన ఓర్పు' అనంతమైన పవిత్రత, అనంతమైన పట్టుదల ఇవే సత్కర్మ సఫలమవటంలోని రహస్యాలన్న ఉపదేశం అందరికీ శిరోధార్యం.

ఎస్.ఎస్.చంద్రబోస్ విశాఖపట్నం

వచ్చేవారం స్పెషల్



'భూషణం' కథ ఆద్యంతం ఆసక్తిగా సాగింది. అలాగే 'కోటా' కథ కామెడీగా ఉంటూ నవ్వించింది.

'మెదడుకి తగిన ఆహారం' ఫీచర్ ఉపయోగకరంగా ఉంది. 'ఫర్ U' లోని ఆరోగ్య చిట్కాలు బాగున్నాయి. 'వర ఫలం' ఉపయోగకరంగా ఉంది.

చిన్నా ఖమ్మం

ఇది మంచి సమయం



8.2.2018 నుండి 14.2.2018 వరకు

శ్రీ హేవళంబి నామ సంవత్సరం, ఉత్తరాయణం, శిశిర ఋతువు, మాఘమాసం, కృష్ణపక్షం.

8.2.2018 గురువారం
తిథి: అష్టమి ప. 10.13 వరకు
నక్షత్రం: విశాఖ మ. 2.19 వరకు
వర్జ్యం: సా. 6.45-8.31 వరకు
దుర్ముహూర్తం : ప. 10.23-11.08 వరకు. మ. 2.55-3.40 వరకు
రాహుకాలం: మ. 1.41 నుండి 3.06 వరకు
మంచి సమయం: ప. 8.35 నుండి 9.35 వరకు
సూర్యోదయం: 6.34కి
సూర్యాస్తమయం: 6.00కి

9.2.2018 శుక్రవారం
తిథి: నవమి మ. 12.16 వరకు
నక్షత్రం: అనూరాధ సా.4.55 వరకు
వర్జ్యం: రా. 11.12-1.00 వరకు
దుర్ముహూర్తం:ప. 8.52-9.37 వరకు. మ. 12.39-1.24 వరకు
రాహుకాలం:ప. 10.52 నుండి 12.17 వరకు
మంచి సమయం: ప. 10.35 నుండి 11.35 వరకు
సూర్యోదయం: 6.34కి
సూర్యాస్తమయం: 6.01కి

10.2.2018 శనివారం
తిథి: దశమి మ. 2.44 వరకు
నక్షత్రం: జ్యేష్ఠ సా 7.52 వరకు
వర్జ్యం: తె. 4.55 లగా...
దుర్ముహూర్తం:ఉ.6.36-8.07వరకు
రాహుకాలం: ప. 9.27-10.52 వరకు
మంచి సమయం: లేదు
సూర్యోదయం: 6.33కి
సూర్యాస్తమయం: 6.01కి

11.2.2018 ఆదివారం
తిథి: ఏకాదశి సా. 5.24 వరకు
నక్షత్రం: మూల రా. 10.59 వరకు
వర్జ్యం: ...ఉ. 6.43 వరకు. రా. 9.11 నుండి 10.59 వరకు
దుర్ముహూర్తం:సా. 4.26 నుండి 5.12 వరకు
రాహుకాలం: సా. 4.34-5.58 వరకు
మంచి సమయం: ఉ. 7.35 నుండి 8.35 వరకు
సూర్యోదయం: 6.33కి
సూర్యాస్తమయం: 6.01కి
మతత్రయ ఏకాదశి

12.2.2018 సోమవారం
తిథి: ద్వాదశి రా. 8.05 వరకు
నక్షత్రం: పూర్వాషాఢ రా. 2.04 వరకు
వర్జ్యం:ప. 9.48-11.36 వరకు
దుర్ముహూర్తం : మ. 12.40-1.26 వరకు. మ. 2.56-3.42 వరకు
రాహుకాలం: ఉ. 8.02-9.27 వరకు
మంచి సమయం: ప. 8.35 నుండి 9.30 వరకు
సూర్యోదయం: 6.32కి
సూర్యాస్తమయం: 6.02కి

13.2.2018 మంగళవారం
తిథి: త్రయోదశి రా. 10.35 వరకు
నక్షత్రం: ఉత్తరాషాఢ తె. 4.57 వరకు
వర్జ్యం: ప. 11.02-12.50 వరకు
దుర్ముహూర్తం:ప. 8.52-9.38 వరకు. రా. 11.01-11.47 వరకు
రాహుకాలం: మ.3.07-4.32 వరకు
మంచి సమయం: లేదు
సూర్యోదయం: 6.32కి
సూర్యాస్తమయం: 6.02కి

14.2.2018 బుధవారం
తిథి: చతుర్దశి రా. 12.47 వరకు
నక్షత్రం: శ్రవణం పూర్తి
వర్జ్యం: ప. 9.23-11.09 వరకు
దుర్ముహూర్తం : ప. 11.54 నుండి 12.40 వరకు
రాహుకాలం:మ. 12.17-1.42 వరకు
మంచి సమయం: లేదు
సూర్యోదయం: 6.32కి
సూర్యాస్తమయం: 6.03కి
మహాశివరాత్రి

* ఐతే మీకు ఇక ఏ ఆటంకం ఉండదు.

ఎముకలలో నొప్పి, తిమ్మిర్లు బోన్ క్యాన్సర్ లక్షణాలు

CT, MRI స్కాన్ ద్వారా గుర్తించవచ్చు



Dr. Ch. Mohana Vamsy
Chief Surgical Oncologist
Omega Hospitals, Hyderabad.
Ph : 98480 11421

మన శరీరానికి ఒక ఆకారాన్ని, ఎత్తుని, బరువుని నిర్ణయించేది మన ఎముకలే. అంతేగాకుండా మన శరీరంలోని ముఖ్యమైన అవయవాలన్నింటిని మెదడు, గుండె, ఊపిరితిత్తులు, మూత్ర పిండాలను వివిధ ఆకారాలలో ఉండే ఎముకలు రక్షిస్తూ ఉంటాయి. పుట్టినప్పుడు మన శరీరంలో ఎముకలు 300 వరకు ఉంటాయి కాని పెరిగేకొద్దీ వీటిలో చాలా వరకు ఒకదానికొకటి కలిసిపోయి 206 గా మారుతాయి. మన శరీరంలో అతి పెద్ద ఎముక తొడ ఎముక అయితే అతి చిన్న ఎముక మన చెవిలో ఉండే స్టేపిస్ (Stapes), మన శరీరపు ఎత్తుని దాదాపుగా నిర్ణయించేది మన తొడ ఎముక (ఫీమర్), ఎందుకంటే మన శరీరపు ఎత్తు 1/4 వంతు వరకు ఈ ఎముక మీద ఆధారపడి ఉంటుంది కాబట్టి. ఆస్టన్ (Osteun) అనే గ్రీకు పదం నుండి ఆస్టియాలజి పుట్టింది. అస్టన్ అంటే ఎముకలు అని అర్థం.

ఎముకల ఉపరితలం గట్టిగా ఉండి లోపల స్పాంజిలాగా ఉంటుంది దానినే బోన్‌మ్యారో అంటారు. ఎర్ర రక్తకణాల ఉత్పత్తి బోన్‌మ్యారో నుండి జరుగుతుంది. మన ఎముకల గట్టిదనం స్త్రీ పురుషుడు అనే తేడా మీద చిన్నప్పట్టి నుండి మన అలవాట్ల మీద, జాతి, వాతావరణం ఇలాంటి అనేక విషయాలమీద ఆధార పడి ఉంటుంది. చిన్నప్పటి నుండి అవుట్ డోర్ గేమ్స్ ఆడుతూ, వ్యాయామం చేస్తూ ఉండేవారికి ఎముకలగట్టిదనం ఎక్కువగా ఉంటుంది. వయస్సుపైబడే కొద్ది మరీ ముఖ్యంగా స్త్రీలలో ఎముకలు మరింత పల్చగా, పెళుసుగా మారి తెలికగా ఫ్రాక్చర్స్ గురవటాన్నే "ఆస్టియో పొరోసిస్" అంటారు. మెనోపోజ్ దశకు చేరుకున్న స్త్రీలలో ఈ సమస్య మరీ ఎక్కువ. చిన్నప్పటినుండీ శరీరానికి కొంచెం ఎండ తగలనిస్తూ కాల్షియం లోపాలు తలెత్తకుండా జాగ్రత్తపడితే మంచిది, ఆస్టియోపోరోసిస్‌తో పాటు ఎముకలకు సంబంధించి బోన్ టి.బి., బోన్ క్యాన్సర్స్ వంటి సమస్యలు చూస్తూ ఉంటాము.

చాలామందిలో బోన్ టి.బి., బోన్ క్యాన్సర్స్ లక్షణాలు దాదాపు ఒకెలా ఉండటం వలన పొరబడటం కూడా జరుగుతు ఉంటుంది. ఎముకల మీద గడ్డ వచ్చే ప్రదేశాన్ని బట్టి లక్షణాలు ఆధారపడి ఉంటాయి. క్యాన్సర్‌కు సంబంధించిన గడ్డ అయినా, కాకపోయినా ఎముక మీద గడ్డ ఏర్పడితే ఫ్రాక్చర్స్ గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువ. క్యాన్సర్ గడ్డ వలన ఎముక నొప్పిగా ఉండటం, జ్వరం, రాత్రి చెమటలు, బరువు తగ్గటం, గడ్డ వచ్చిన ప్రదేశంలో ఎముకలు విరగటం వంటి లక్షణాలు కన్పిస్తూ ఉంటాయి. గడ్డ తొలిదశలో చాలా చిన్నగా కన్పించటం వలన ఎక్స్‌రే పరీక్షతో నిర్ధారించలేకపోవచ్చు. అందుకనే లక్షణాలు కన్పించినప్పుడు నిర్ధారణ చేయటానికి CT, MRI స్కాన్ వంటి పరీక్షలను చేస్తారు. క్యాన్సర్ కాని గడ్డ అయితే గుండ్రంగా, మెల్లగా పెరుగుతుంది. క్యాన్సర్ కణితి అయితే ఖచ్చితమైన ఆకారం లేకుండా వేగంగా పెరుగుతుంది. కణితి కొంచెం పెద్దగా ఉంటే ఎక్స్‌రేలలో, చిన్న గా ఉంటే MRI, CT స్కాన్‌లలో బయటపడ్తుంది. గడ్డ ఏరకమయినదో నార్ధారించటానికి బయాప్సి పరీక్ష చేస్తారు.

బోన్ క్యాన్సర్ గడ్డలలో ఆస్టియో సార్కోమా, ఈవింగ్స్ సార్కోమా (Ewings Sarcoma) కాండ్రో సార్కొమా, ఫైబ్రోసార్కోమా, కార్డోమా అనే రకాలుంటాయి. వయస్సు మీద ఆధారపడి ఈ గడ్డలు వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఆస్టియో, సార్కోమా, ఈ విగ్స్ సార్కొమా చిన్న వయస్సు వారిలో ఎక్కువగా కన్పిస్తే కాన్‌డ్రో సార్కొమా మధ్య వయస్సులో కన్పించే అవకాశం ఉంటుంది.

చాలావరకు బోన్ క్యాన్సర్స్ సెకండరిగానే ఉంటాయి, శరీరంలో మిగతా భాగాలలో వచ్చిన క్యాన్సర్ ఎముకలకు వ్యాప్తి చెందటం (మెటాస్టాసిస్) ఎక్కువగా చూస్తూ ఉంటాము, ఎముకలోనే క్యాన్సర్ ముందుగా రావటం కొంత వరకు అరుదుగా జరుగుతుందనే చెప్పుకోవచ్చు, ఒక్కొక్కసారి లంగ్, ప్రోస్టేట్ ఇలా మిగతా భాగాలలో వచ్చిన క్యాన్సర్ ఎముక మీద గడ్డలాగా ముందుగా బయట పడవచ్చు.

అన్ని క్యాన్సర్స్ లాగానే సర్జరి, రేడియో, కీమో థెరపిలప్రాధాన్యత ఈ క్యాన్సర్‌కుకూడా ఉంటుంది. క్యాన్సర్ గడ్డ వచ్చిన ప్రదేశాన్ని తీసివేసినప్పుడు, చిన్నగా ఉంటే సిమెంటింగ్, గ్రాఫ్టింగ్ వంటి పద్ధతులలో సరిచేస్తారు. ఎముక తీయవలసిన ప్రదేశం ఎక్కువగా ఉంటే బోన్ బ్యాంక్ నుండి ఎముకలను తీసికొని వేయటం లేక మెటల్ ఇంప్లాంట్స్ వాడటం జరుగుతూ ఉంటుంది. క్యాన్సర్ కణిత పెద్దగా ఉంటే సర్జరి కంటే ముందు కీమో, రేడియో థెరపిలతో కణితిని చిన్నగా చేసి తర్వాత సర్జరి చేయటం కూడా జరుగుతూ ఉంటుంది. ఈ క్యాన్సర్ సర్జరి తర్వాత కొత్తగా పెట్టిన ఇంప్లాంట్స్‌కు అలవాటుపడటానికి ఫిజియోథెరపి, రీహేబిలిటేషన్, ప్రాముఖ్యత ఎక్కువగా ఉంటుంది.

ఎముకలక్యాన్సర్ రావటానికి సంబంధించి ఖచ్చితమైన కారణం తెలియదు కాబట్టి నివారణ మన చేతుల్లో లేనట్లే. అయితే సెకండరి బోన్‌క్యాన్సర్స్ ఎక్కువ కాబట్టి మిగతా క్యాన్సర్స్‌ను ముందుగా గుర్తించి ట్రీట్‌మెంట్స్ తీసుకోగలిగితే ఈ క్యాన్సర్‌ను కూడా నివారించగలుగుతాము క్యాన్సర్ వచ్చిన ఎముకలను గట్టి పరచటానికి బిస్ పాస్పోనేట్స్ ఇంజక్షన్స్ ఇవ్వటం జరుగుతుంది.

ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్, బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్, లంగ్ క్యాన్సర్స్‌కు మిగతా క్యాన్సర్స్ కంటే ఎక్కువగా ఎముకలకు పాకే గుణం ఉంటుంది. బోన్ క్యాన్సర్‌కు గురయినప్పుడు శరీరంలో కాల్షియం లెవల్స్‌కూడా పెరగవచ్చు. క్యాన్సర్ కణితి వలన నరాలమీద ఒత్తిడి ఏర్పడటం వలన కాళ్లలో లేదా, చేతులలో బలహీనత, తిమ్మిర్లు, తీవ్రమైన నొప్పి వంటి లక్షణాలు కూడా కన్పిస్తాయి.

శరీరంలో ఎక్కడయినా మార్పు కన్పించినా, లక్షణాలలో మార్పులు కన్పించినా జాగ్రత్త తీసికొని క్యాన్సర్ కణాన్ని తొలిదశలో గుర్తించటం, ట్రీట్‌మెంట్స్, డాక్టర్ నిర్ధారించిన కాలవ్యవధి ప్రకారం సర్జరి తర్వాత లేదా ముందు లేక సర్జరి లేకుండా అవసరమైన కీమోథెరఫి, రేడియోథెరఫి తీసుకోవటమే కాకుండా శరీరంలో ఏ అవయవంలో అయినా క్యాన్సర్ బయటపడి ట్రీట్‌మెంట్స్ తీసుకొన్నా తర్వాత మళ్లీ వచ్చే అవకాశం ఆ అవయంలో కాని, మిగతా అవయువాలలో కాని, ఎముకలలోని ఎక్కువ కాబట్టి వైద్యులు నిర్ధారించినట్లు కనిసం 5 ఏళ్ల వరకు (ఐదు సంవత్సరములపాటు) చెకప్స్ చేయించుకుంటూ ఉండటం తప్పనిసరి.

(సశేషం)

శివ మయం



ఆది మధ్యాంత రహితుడు, బోలాశంకరుడు, భక్త సులభుడు, ఆదిదేవుడు పరమశివుడు. తాను గరళం మింగి లోకాలకు అమృతమిచ్చిన మహోదరుడు. తనను శరణుకోరిన ఆర్తులకు సకలాభీష్టాలు తీర్చే ఆనందప్రదాత సాంబశివుడు.

తాను శ్మశానవాసిగా భిక్షాటనలో జీవితం గడుపుతూ భక్తులకు సకల ఐశ్వర్యములనిచ్చువాడు శంకరుడు. శివం అంటే మంగళం లేక కళ్యాణం లేక శ్రేయస్సుని అర్థం. మంగళప్రదాత పరమశివుడు. శివ అంటే పరమేశ్వరుడు.

శివా అంటే పార్వతి. అయ్యవారిలోనే అమ్మవారు ఉంది. భక్తులకు ఆయన అంబికతో కలిసి దర్శన మిస్తాడు. అందుకే శివుడిని 'సాంబశివుడు' అంటారు. త్రిమూర్తుల్లో సృష్టి, స్థితులను బ్రహ్మ, విష్ణువులు స్వీకరించగా తాను లయకారుడైనాడు. ఆది అంతం లేని పరమాత్మ తన స్వరూపాన్ని తానే సృష్టించుకునిలోకకళ్యాణార్థం మాఘ కృష్ణ చతుర్దశినాటి అర్ధరాత్రి లింగరూపమున ఉద్భవించినమహోన్నతమైన రాత్రి మహాశివరాత్రి.



భక్తసులభుడైన పరమేశ్వరుడిని ధ్యానించే పూజించే పర్వదినం మహాశివరాత్రి. ఈ పరమ పవిత్రమైన శుభదినాన పవిత్రస్నానం, ఉపవాసం, శివార్చన, జాగరణ, శివనామ సంకీర్తనం ఎవరైతే ఆచరిస్తారో వారి జన్మ ధన్యమవుతుంది.

పరమశివుడు సకల శుభాలను కలిగిస్తాడు. మనకు ప్రతి నెలా కృష్ణపక్ష చతుర్దశినాడు శివరాత్రి వస్తుంది. దీనిని మాసశివరాత్రి అంటారు.

అన్ని మాసశివరాత్రులు పవిత్రమైనవి. శివారాధనకు తగినవి. కాని మాఘమాసంలోని కృష్ణపక్ష చతుర్దశిని 'మహాశివరాత్రి' అంటారు.

లింగోద్భవకాలం

బ్రహ్మ విష్ణువులకు శివుడు శివగీతను మాఘ మాస కృష్ణపక్ష చతుర్దశినాటి అర్ధరాత్రి ఉపదేశించాడు. శివగీతోపదేశకాలం అర్ధరాత్రి. అది లింగోద్భవకాలం అంటారు. అందువల్ల మహాశివరాత్రి అయింది.

సాధారణంగా గ్రహదోష నివారణకు, శని దోషాలకు సకల పీడానివారణకు మనం రుద్రాభిషేకం ఆచరిస్తుంటాం. రుద్రాభిషేకం శివుని అస్త్రం. పాశుపతంలా పనిచేసి సకల బాధలను నివారిస్తుందని మన నమ్మకం.

ఈ ప్రపంచం అంతా కూడా అనేక వేల రుద్రులు సంచరిస్తుంటారు. వారిలో ఏకాదశ రుద్రులు ముఖ్యమయినవి.

1. వీరభద్ర 2. శంభు 3. గిరీశ 4. అజ 5. ఏకపాద 6. అహిర్బుధ్న్య 7. పినాకి 8. భూధర 9. దిశాంపతి 10. విశాంపతి 11. స్థాణుః

శివునికి మహన్యాసపూర్వక ఏకాదశ రుద్రాభిషేకం చేస్తారు. కొందరు పాశుపతాస్త్ర రుద్రాభిషేకం చేస్తారు. వర్షాభావం ఏర్పడినప్పుడు శివునకు సహస్ర ఘటాభిషేకం చేస్తారు. లింగం పరబ్రహ్మస్వరూపం. లింగం అంటే గుర్తు అని అర్థం.

శివుడు నిర్వికారుడు, నిరాకారుడు. సమస్త జగత్తూ దేనియందు లీనమై ఉన్నదో అదే శివలింగభావన. మొదట శివుడు జ్యోతిర్మయమైన మహాలింగంగా ఆవిర్భవించాడు. ఆ ఆవిర్భావం అర్ధరాత్రి జరిగింది. అందుకే శివరాత్రి నాటి అర్ధరాత్రిని లింగోద్భవకాలం అంటారు. భూమి, నీరు, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశం వీటిని పంచభూతములు అంటాం. పరమశివుడు ఈ పంచభూతాల్లో లింగరూపంలో వెలిశాడు.

మనదేశంలోని పంచ లింగాలు ఇవి.

1. పృథ్వీ లింగం (కంచి)
2. జల లింగం (జంబుకేశ్వరం)
3. అగ్ని లింగం (అరుణాచలం)
4. వాయు లింగం (కాళహస్తి)
5. ఆకాశ లింగం (చిదంబరం)

కోరికలు నెరవేరతాయి

పాపనివారణకు, సకలాభీష్టములు పొందుటకు శివనామస్మరణకంటె సులభోపాయం లేదు. ప్రదోషసమయాన 'శివ శివ' అంటే చాలు, పాపాలన్నీ పటా పంచలైపోతాయి.

పరమేశ్వరుని వివిధ ఏకాదశ ద్రవ్యాలతో అభిషేకించి పరమేశ్వరధ్యానం చేస్తూ జాగరణ ఆచరించి శివపార్వతుల కళ్యాణం వీక్షించి ఈ మానవజన్మను సార్థకం చేసుకుందాం.

శివారాధన అత్యుత్తమమయింది. అభిషేక ప్రియుడైన పరమేశ్వరుణ్ణి వివిధ ద్రవ్యాలతో పంచామృతాలతోనమకచమక పారాయణాదులతో అభిషేకిస్తేచాలు సర్వసంపదలూ అనుగ్రహిస్తాడు.

మారేడుదళం త్రివిధములైన దివ్యశక్తిని ప్రసాదిస్తుంది. మారేడు దళాలు, ఉమ్మెత్తపువ్వు కలిపి సమర్పిస్తే ఐశ్వర్యప్రాప్తి. రుద్రాక్షాభిషేకం సమస్త సంపదలను ప్రసాదిస్తుంది.

శివాలయంలో శివలింగం దగ్గర ఏలకులు, జాజికాయ, జాపత్రి, దాల్చినచెక్క, లవంగాలు ఐదు, తమలపాకుల్లో ఉంచి, ముడుపక్కలుంచి తాంబూలం సమర్పిస్తే సర్వ కోరికలు నెరవేరుతాయి.

భవాయ జలమూర్తయే నమః అని జపిస్తే చాలు అనారోగ్య సమస్యలు నివారణ, ఐశ్వర్యప్రాప్తి సిద్ధిస్తాయి. ఓం నమశ్శివాయ.

డా॥ మాచిరాజు వేణుగోపాల్

దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి

3 నెలలకు పైగా కిడ్నీ అసాధారణతలు, గమనిస్తే ఇవి నిర్మాణ పరమైన లేదా క్రియాత్మక అసాధారణతలుగా కనిపిస్తాయి. మూత్రపిండాల పనితీరు పరీక్షల కొరకు సాధారణంగా ఉపయోగ కరంగా ఉండే గుర్తులు - సిరమ్ క్రియాటినిన్/ eGFR (అంచనా వేయబడిన రక్తకేశ నాళికల వడపోత స్థాయి) మరియు మూత్ర ప్రోటీన్ అంచనా. ఇవి రక్తం మరియు మూత్ర నమూనాలను పరీక్షించడం ద్వారా జరిగే చాలా సులభమైన పరీక్షలు. సాధారణంగా అధిక హాని కలిగే అవకాశం ఉన్న జనాభాలో జరపబడే ఈ పరీక్షలు నిశ్శబ్దంగా ఉన్న వ్యాధిని గుర్తిస్తాయి మరియు దీర్ఘకాలిక మూత్ర పిండ వ్యాధి (క్రానిక్ కిడ్నీ డిసీస్ (సికెడి)) పురోగమించకుండా ఉండేందుకు ప్రారంభంలోనే చికిత్స చేయడానికి ఉపయోగపడతాయి



క్రింద పేర్కొనబడిన వారికి దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది.

- మధుమేహ వ్యాధితో బాధపడే రోగులు
- అధిక రక్తపోటుతో బాధపడే రోగులు
- ఊబకాయంతో ఉన్న వ్యక్తులు
- మూత్రపిండ వ్యాధి కుటుంబ చరిత్ర కలిగిన వ్యక్తులు
- మూత్రపిండాలలో రాళ్ళతో బాధపడే రోగులు
- పునరావృత మూత్ర మార్గ అంటువ్యాధులతో బాధపడే రోగులు
- క్రమం తప్పకుండా నివారిణిలు మరియు యాంటి బయాటిక్స్ ఉపయోగించే వారు
- వృద్ధులు

దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి (సికెడి) యొక్క దశలు

దీర్ఘకాల మూత్రపిండ వ్యాధి అనేది పెరుగుతూ ఉండే వ్యాధి మరియు మూత్రపిండ పనితీరు ఆధారంగా ఐదు దశలుగా విభజించబడింది. 1వ దశ (రక్తకేశ నాళికల వడపోత (జిఎఫ్ఆర్) నిమిషానికి 90మిలీ కంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది) అనగా మూత్రపిండం పనితీరు పరవాలేదని పించేదిగా ఉంటుంది కాని నిర్మాణాత్మక లేదా మూత్రంలో ప్రోటీన్ రావడం అనే అసాధారణతలు ఉంటాయి. 5వ దశలో మూత్రపిండం యొక్క పనితీరు తీవ్రంగా బలహీనమవుతుంది మరియు

జీవించి ఉండటానికి రోగికి బయటి నుండి తోడ్పాటు అవసరమవుతుంది. ఈ తోడ్పాటును ఆర్ ఆర్టి (RRT) రీనల్ రీప్లేస్‌మెంట్ థెరపీ అంటారు. ఇది డయాలసిస్ లేదా మూత్రపిండ మార్పిడిని కలిగి ఉంటుంది.

దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి (సికెడి) కారణాలు

అనేక పరిస్థితులు మూత్రపిండాలకు శాశ్వత హానిని కలిగించవచ్చు లేదా మూత్రపిండాల యొక్క పనితీరును ప్రభావితం చేయవచ్చు మరియు దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధికి దారి తీయవచ్చు.

మధుమేహం అనేది మన దేశంలో దీర్ఘకాలిక కిడ్నీ వ్యాధికి అత్యంత సాధారణ కారణం మరియు 30% పైగా కేసులలో ఇది కనిపిస్తుంది. రక్తంలోని చక్కెరల స్థాయి యొక్క పేలవమైన నియంత్రణ శరీరం మొత్తంలో రక్తనాళాలకు హాని కలిగిస్తుంది మరియు ఇది కంటి హాని (రెటినోపతి), మూత్రపిండ హాని(నెఫ్రోపతీ), నరాల హాని (న్యూరోపతీ) మొదలైన వాటికి దారితీస్తుంది. రక్త చక్కెరల యొక్క ఖచ్చితమైన నియంత్రణ, ఫాస్టింగ్ బ్లడ్ షుగర్ (PPBS) 100మిగ్రా మరియు 140కు తక్కువగా పిపిబియస్ ఉన్నట్లయితే ప్రమాదం ఎక్కువ కాకుండా ఉంటుంది. మూత్రపిండాల వ్యాధితో నివారణకు అత్యంత ముఖ్యమైన చర్యలలో ఇది ఒకటి.

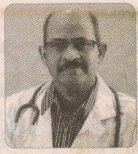
అధిక రక్తపోటు: దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధికి ప్రధాన కారణం చికిత్స లేని లేదా పేలవమైన చికిత్స చేయబడే అధిక రక్తపోటు. ఏది ఏమయినప్పటికీ రక్తపోటు నియంత్రణలో మూత్రపిండాలు పాత్రను పోషిస్తాయి గనుక దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి కూడా అధిక రక్తపోటుకు కారణం కావచ్చు. 140/80mmhg కి తక్కువగా ఉండే విధంగా రక్తపోటు యొక్క సరైన నిర్వహణ అంతర్లీన కారణంతో సంబంధం లేకుండా మూత్రపిండ వ్యాధి యొక్క పురోగతిని ఆలస్యం చేస్తుంది.

వృద్ధాప్యం మరియు మూత్రపిండి పనితీరు క్షీణతకు సంబంధం ఉంటుంది. 75 సంవత్సరాలు అంతకంటే ఎక్కువ వయస్సు ఉన్న వారిలో సగం మందికి కొంత మేరకు దీర్ఘకాల మూత్రపిండ వ్యాధి ఉంటుంది.

దీర్ఘకాలిక గ్లోమెరులో నెఫ్రైటిస్ (CGN) అనే వ్యాధిలో రోగి యొక్క మూత్రపిండ వ్యాధి నిరోధక శక్తి దెబ్బతినడం జరుగుతుంది, ఇది మంట మరియు మూత్రపిడం యొక్క పని తీరులో క్షీణత, అధిక రక్తపోటు, శరీరం ఉబ్బడం మొదలైన వాటికి దారి తీస్తుంది. రక్తపోటు, ఉప్పు మరియు నీటి స్థాయిలను నియంత్రించడానికి ఈ రోగులకు ఔషధాలు అవసరం. మూత్రపిండ యొక్క బయాప్సీ వీరికి లాభదాయకంగా ఉంటుంది. ఇది

సరైన రోగ నిర్ధారణకు సహాయపడుతుంది మరియు సరైన చికిత్స చేయడంలో మార్గ దర్శకంగా ఉంటుంది. మన దేశంలో దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి గ్రస్తులలో 20% మంది దీర్ఘకాలిక గ్లోమెరులో నెఫ్రైటిస్ కలిగిన వారుగా ఉన్నారు.

దీర్ఘకాలిక మధ్యంతర మూత్రపిండ శోధము (క్రానిక్ ఇంటర్‌స్టీషియల్ నెఫ్రైటిస్ (CIN)



డా॥ రాజశేఖర్ చక్రవర్తి
MD, DNB
Consultant Nephrologist
స్టార్ హాస్పిటల్స్, రోడ్ నెం.10,
బంజారహిల్స్, హైదరాబాద్.
Ph: 70970 60006

దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధికి సర్వసాధారణమైన ఒక కారణం, 20% పైగా సికెడి కేసులకు ఇది దోహదపడుతుంది. ఈ నిర్దిష్ట వ్యాధి మన ఉపఖండంలో కనిపిస్తుంది, ఇక్కడ అనేక సంవత్సరాలపాటు రోగిలో ఎటువంటి రోగ లక్షణాలు కనిపించవు. చివరి దశ మూత్రపిండ వ్యాధి (ఇఎస్ ఆర్డి) వైపుగా నిశ్శబ్ద గమనానికి ఒకటి లేదా రెండు దశాబ్దాలు పడుతుంది.

మూత్రపిండాలకు వచ్చే మూత్ర కృచ్ఛ రాయి వ్యాధి లేదా రాళ్ళ వ్యాధి మన దేశంలో దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధికి ఇంకొక కారణం. మూత్రపిండంలో పునరావృత్తమయ్యే రాళ్ళు మూత్రపిండం యొక్క పనితీరును తగ్గిస్తాయి మరియు ప్రతి ఒక్క సందర్భంలో తీసుకోబడే నొప్పి నివారిణిలు కూడా మూత్రపిండ పనితీరు క్షీణతకు దోహదం చేస్తాయి.

ఎగువ మరియు దిగువ భాగాల యొక్క మూత్ర మార్గ అంటువ్యాధులు పునరావృత్తమయినప్పుడు అవి దీర్ఘకాలిక పైలోనెఫ్రైటిస్‌కు దారి తీస్తాయి మరియు ఇది సిఐఎన్‌ను పోలి ఉంటుంది మరియు క్రమంగా తీవ్రమైన దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధికి దారి తీస్తుంది. ప్రతి ఒక్క సందర్భంలో సత్వర చికిత్స అందిచబడినట్లయితే అది వ్యాధి యొక్క పురోగతిని ఆలస్యం చేస్తుంది.

10% దీర్ఘకాలిక మూత్రపిండ వ్యాధి కేసులలో పాలీసిస్టిక్ వ్యాధులు కారణమవుతాయి. ఈ మూత్రపిండ వ్యాధుల సమూహంలో రోగులు పుట్టుకతోనే రెండు మూత్రపిండాలలో తిత్తులు అభివృద్ధి చెందే అవకాశాలను కలిగి ఉంటారు, వీటి పరిమాణం క్రమంగా పెరిగి మూత్రపిండ పనితీరును క్షీణింపజేస్తాయి. ప్రారంభ నిర్ధారణ ద్వారా వ్యాధి యొక్క పురోగతిని గణనీయంగా ఆలస్యం చేసే అవకాశం ఉంది.

ఓటరు మన్‌కి బాత్

నరేంద్రమోడీ ప్రభుత్వానికి రాజ్యాంగబద్ధంగా సంక్రమించిన పాలనా కాలంలో ఎనభై శాతం ముగిసింది.

మిగిలిన 20 శాతంకాలం పాతతప్పులు సరిదిద్దుకోవటాలు, తిరిగి గెలవటానికి వెయ్యవలసిన ఎత్తుగడలకు సరిపోతుంది. పైగా ఈ ఏటి పార్లమెంట్ బడ్జెట్ సమావేశాల ప్రారంభదినోత్సవవేళ రాష్ట్రపతి చేసిన ప్రసంగాన్నిబట్టిఆ 20 శాతం సమయమూ కుదించుకునే ఆలోచనవుందని అర్థమౌతుంది.

2019 వేసవి వేళ జరగాల్సిన ఎన్నికలను 2018 చలికాలం ముందుగానే జరిపించేసి తాము గట్టున పడాలన్న కోరిక బి.జె.పి. నేతలలో వుంది.

అందుకే జమిలి ఎన్నికల ఆలోచనను విస్తృతంగా ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఇప్పుడు ఏ ఇద్దరు సీనియర్ రాజకీయనేతలు కలిసినా చర్చించుకునే విషయం ఎన్నికలు ముందుగా వస్తాయా! అవి కూడా జమిలి ఎన్నికలవుతాయా అనేదానిమీదే.

తెలుగు రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు తమ పార్టీ నేతలు, కార్యకర్తలను ముందస్తు ఎన్నికలకు సిద్ధంగా వుండండి అని చెపుతున్నారు.

పైగా లోక్‌సభ ఎన్నికలతోపాటు తమ రాష్ట్రాల శాసనసభలకు ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు వారికి ఎటువంటి అభ్యంతరం కనపడటంలేదు.

రాజకీయ వాతావరణం దేశవ్యాప్తంగా తమకు అనుకూలంగా వుందని బి.జె.పి. వారనుకుంటున్నట్టే

తిరుగులేని నేత నరేంద్రమోడీ

రాష్ట్రాలలో తాము గెలిచే అవకాశాలు నేడు అధికంగా వున్నాయని టి.డి.పి., టి.ఆర్.ఎస్. పార్టీలు అనుకుంటున్నాయి. రాజకీయంగా వారి అభిప్రాయాలు వారికి వుండటం సహజం.

వారి వారి రాజకీయ అంచనాలు ఒకేలా వుండటంలో తప్పులేదు. అయితే ఓటర్లు ముందస్తు ఎన్నికలను కోరుకుంటున్నారా! అందునా జమిలి ఎన్నికలు బాగుంటున్నాయని భావిస్తున్నారా! ఈ ప్రశ్నలకు స్పష్టమైన సమాధానం లేదు.

అసలు ఓటర్లు ఏమనుకుంటున్నారు! తమను పాలిస్తున్న పార్టీలు, నాయకులు తమ ఆశలు, ఆశయాలను తీరుస్తున్నాయని అనుకుంటున్నారా! ఈ విషయంమీద వారి వారి సందేహాలు వారికి ఉన్నాయి.

కేంద్రంలో బిజెపి తమ సొంత మనుషులచేత ప్రజాభిప్రాయ సర్వేలు చేయించుకుంది.

అదే బాటలో తెలుగుదేశం, టి.ఆర్.ఎస్.లు కూడా తమ సొంతపద్ధతిలో సర్వేలు నిర్వహించి ప్రజానాడిని పట్టుకునే పనిచేశాయి. సర్వే ఫలితాలు సర్వే చేయించినవారి కోరికకు తగినట్టుగానేవుంటాయి. అందులో సందేహం లేదు. అందుకే జాతీయస్థాయిలో నరేంద్ర మోడీ, ప్రాంతీయ స్థాయిలో చంద్రబాబునాయుడు, కె.సి.ఆర్.లు తమదే తిరిగి అధికారం అనే నమ్మకంలోకి వచ్చారు.

పార్టీలు తమ సొంతసర్వేలతో తమదే గెలుపుఅని చెప్పుకుంటున్నవేళ కొన్ని ప్రైవేట్ సంస్థలు,పత్రికలు స్వతంత్రంగా సర్వేలు నిర్వహించి ప్రజలమనసులో వున్న అభిప్రాయాన్ని బయటపెట్టే యత్నం చేశాయి. జాతీయస్థాయిలో వచ్చిన సర్వేలన్నింటిలో తిరిగి నరేంద్రమోడీనే అధికారంలోకి వస్తాడని తేలింది.

2014లో సాధించినటువంటి ఘనవిజయం విషయంలో మాత్రం సర్వేలలో భిన్నమైన అభిప్రాయం వెలువడింది. దాదాపు 30 ఏళ్ళ తర్వాత ఒక పార్టీకి సంపూర్ణ మెజారిటీ రావటం నరేంద్ర మోడీ సాధించిన ఘనత. 2014లో అది సాధ్యమైంది.

అయితే ఈసారి తిరిగి అలా సొంతంగా మెజారిటీ రాదేమోనన్నది సర్వేలు చెపుతున్నమాట.

మిత్రపక్షాలమీద ఆధారపడాల్సివస్తుందని, ప్రభుత్వం నడపటానికి అవసరమైన బొటాబొటీ మెజారిటీ మాత్రమే దక్కుతుందని,

కాబట్టి నరేంద్ర మోడీనేడు వ్యవహరిస్తున్నంత స్వతంత్రంగా 2019 తర్వాత వ్యవహరించలేడని ఆ సర్వే ఫలితాల ఆధారంగా వ్యాఖ్యానిస్తున్నాయి.

అయితే ఒకటి రెండు సర్వేలలో 2014లోకన్నా 2019లో మరింత మెరుగైన మెజారిటీ వస్తుందన్న అభిప్రాయం వెలువడకపోలేదు.



ప్రజాస్వామ్య స్తంభాలలో మీడియానే కీలకం- న్యాయవ్యవస్థ కూడా మీడియా ముందుకే వెళ్ళింది.
-ఉద్ధవ్ ఠాక్రే, శివసేన అధినేత

నరేంద్రమోడీకి మిత్రపక్షాలను కలుపుకుని వెళ్ళటంలో చతురత కనిపించటంలేదు.

ఎన్.డి.ఎ. అనేది వాజ్‌పేయి నేతృత్వంలో ఏర్పడిన సంకీర్ణం. 1998లో ఏర్పడిన ఆ సంకీర్ణం విజయవంతమైన సంకీర్ణంగా నిలబడింది.

వాజ్‌పేయివ్యవహారశైలి మిగిలినపార్టీలవారికి తగిన స్థానాన్ని, గౌరవాన్ని ఇచ్చేది. అటువంటి అవగాహన, సంప్రదింపులు నరేంద్రమోడీహయాంలో ఎన్.డి.ఎ.లో కరువయ్యాయన్నది ఫిర్యాదు.

ఎన్.డి.ఎ.లో తొలినుండీ భాగస్తులైన శివసేన,

సర్వేలన్నీ బిజెపికి అనుకూలం

తెలుగుదేశంలు బి.జె.పి.తో తమ అనుబంధాన్ని సమీక్షించుకుంటున్నాయి.

2019 ఎన్నికల్లో బి.జె.పి.తో కలిసివెళ్ళమని శివసేన ఇప్పటికే ప్రకటించింది.

మిత్రధర్మం పాటించకపోతే బి.జె.పి.తో తమ బంధాన్ని సమీక్షించుకోవాల్సి వస్తుందన్న హెచ్చరిక చంద్రబాబునాయుడుచేశాడు. అయితే ప్రస్తుతానికి ఆ రెండు పార్టీలూ కేంద్రప్రభుత్వంలోని తమ మంత్రులను వెనక్కి తీసుకోలేదు.

మహారాష్ట్ర, ఆంధ్రప్రదేశ్‌ల్లోని మంత్రులు కొనసాగుతున్నారు. ఆ రెండు ప్రాంతీయ పార్టీలు బెదిరించగలవేగాని ఎన్.డి.ఎ.ని కాదని యు.పి.ఎ.తో చేతులు కలిపే సాహసం చెయ్యలేవు. ప్రస్తుతం నరేంద్రమోడీకి ప్రజలలో వున్న పాపులారిటీ ఎటువంటిదో వారికి తెలియనిది కాదు.

నేటివరకు వస్తున్న సర్వేలన్నింటిలో తిరుగులేని నేత నరేంద్రమోడీ అనే వస్తున్నది.

జనాభాలో 50 నుండి 60 శాతం ఓటు వ్యక్తిగతంగా నరేంద్రమోడీకి దక్కుతున్నది.

వ్యక్తిగతంగా ఎటువంటి అవినీతిమచ్చా అంటని నేతగా, నాలుగేళ్ళ పాటు ఏ చిన్న కుంభకోణానికీ పాల్పడని ప్రభుత్వం నడిపిన ప్రధానిగా నరేంద్ర మోడీని మెచ్చుకుంటున్నారు ప్రజలు.

విదేశాలలో భారత్ గౌరవం ఇనుమడింపచేశాడన్నది మోడీమీదమోజు పెరగటానికి కారణం. విదేశాలలోని భారతీయ సంతతి వారు మోడీకి అనుకూల వాతావరణాన్ని స్వదేశంలో కల్పిస్తున్నారు. ఇది ఆయనకు కలిసి

వస్తున్న అంశం. పాలనాపరంగా పొరపాట్లు జరిగినా అవి అనుభవరాహిత్యమేకాని స్వార్థనిర్ణయాల వల్లకాదని ప్రజలు నమ్ముతున్నారు.

ప్రధాని పాపులా రిటీ విషయంలో నరేంద్రమోడీ, ఇందిరాగాంధీ, వాజ్ పేయిలను దాటి ముందుకు వెళ్ళాడు.దాదాపు 30 శాతంమంది ఓటర్లు అత్యుత్తమ ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ అని అంటున్నారు.

ప్రధానిపదవికి తాను తగినవాడినని రాహుల్ గాంధీ నేటివరకు ప్రజలను నమ్మించలేకపోయాడు. నరేంద్రమోడీకి సవాలుగా నిలవగలిగిన నేత రాహుల్ గాంధీ అని ప్రజలు భావించటంలేదు. అది కూడా నరేంద్రమోడీకి కలిసివస్తున్న అంశం.

కాంగ్రెస్ పార్టీకి అధ్యక్షుడుగా బాధ్యతలు చేపట్టిన రాహుల్‌గాంధీ తనదైన ముద్రను పార్టీమీద వేయాల్సి వుంది. 2014 ఎన్నికల ఓటమి తర్వాత కాంగ్రెస్ పార్టీ తిరిగి కోలుకోలేదు.

గుజరాత్ ఎన్నికల్లో గట్టిపోటీ ఇచ్చినప్పటికీ వాస్తవంలో అది స్థానికంగా పోరాటం చేసిన ముగ్గురు యువనాయకుల భుజాల మీదనిలబడి చేసినయుద్ధం. అటువంటి నాయకత్వం తిరిగి ఇతర రాష్ట్రాలలో కాంగ్రెస్‌కి లభిస్తుందాఅనేది సందేహం.

గుజరాత్ ఎన్నికల్లో తమ సత్తా చాటిన ఆ యువ నాయకులలో ఒకడైన జిగ్నేష్ మేవానిని కాంగ్రెస్ పార్టీ దళిత ఓటును తమవైపు తిప్పుకునేందుకు రంగంలోకి దించింది.

మహారాష్ట్ర, కర్ణాటకలలో ఇటీవల నిర్వహించిన సదస్సులలో జిగ్నేష్ మేవాని పాత్ర కీలకం. బిజెపికి వ్యతిరేకంగా దళిత, ముస్లిమ్ ఓటును తమవైపుకు తిప్పుకునే యత్నం కాంగ్రెస్ చేస్తున్నది. ఆ యత్నం సఫలమైతే ఎన్.డి.ఎ.కి అనుకూలంగా వీస్తున్న పవనాలను అడ్డుకోగలుగుతారు.

నరేంద్రమోడీ 2014లో చేసిన వాగ్దానాలన్నింటినీ

ప్రాంతీయపార్టీలే శరణ్యం

నిలబెట్టుకోలేదని ఓటర్లు భావిస్తున్నారు. అందులో 'అచ్ఛేదిన్' విషయంలో ఓటర్ నిరాశ వుంది. అదే విధంగా నల్లధనం వెనక్కి తీసుకురావటంలో చేసిన ప్రయత్నాలపై అసంతృప్తి వుంది.

మాటలలో చెప్పినంతవేగం చేతలలో కనిపించటం లేదని ప్రజలు అనుకుంటున్నారు. ఉద్యోగాల సృష్టిలో ప్రభుత్వం వైఫల్యం నరేంద్రమోడీ అభిమానులను సైతం బాధిస్తున్నదని సర్వేలు చెపుతున్నాయి.

వ్యవసాయరంగానికి ఇంకా బాగా మద్దతునివ్వాల్సి వుందన్నది ప్రజల మాట.నిత్యావసర వస్తువుల ధరను అదుపుచెయ్యటంలో ప్రభుత్వం విఫలమైందని ప్రజలు స్పష్టం చేశారు. అయితే తాము తిరిగి యు.పి.ఎ. పాలన కావాలని కోరుకోవటంలేదని చెప్పటమే నరేంద్రమోడీకి కలిసివస్తున్న అంశం.

ఆర్థికపరమైన నిర్ణయాలు ధైర్యంగా తీసుకున్న నేతగా నరేంద్రమోడీని మెచ్చుకుంటున్నారు. పెద్ద నోట్ల రద్దు, జి.ఎస్.టి. అమలువంటివి కొన్ని లోపాలను కలిగివున్నా దీర్ఘకాల ప్రయోజనం కలిగించేవే నని నమ్ముతున్నారు. సాహసోపేత నిర్ణయాలకు వెనకాడని వ్యక్తిగా,దేశప్రయోజనాలను కాపాడే నేతగా నరేంద్రమోడీని ఓటర్లు అంగీకరిస్తున్నారు.

అయితే పనితీరు మెరుగుపరచుకోవాలని, ఇతర పార్టీలను, నేతలను కలుపుకుని వెళ్ళటంలో మార్పు రావాలని కోరుకుంటున్నారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీ బాగా వెనకపడివున్నప్పటికీ ఆ పార్టీ క్రమంగా కోలుకుంటున్న లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయి. బిజెపి,కాంగ్రెస్‌లు మాత్రమే ప్రధాన పార్టీలుగా వున్న రాష్ట్రాలలో కాంగ్రెస్ పరిస్థితి మెరుగవ నున్నది. 2014 ఎన్నికల్లో కనీసం ఒక్క లోక్‌సభసీటు కూడా గెలుచుకోని రాష్ట్రాలైన గుజరాత్, రాజస్థాన్ వంటిరాష్ట్రాలలో కాంగ్రెస్‌పరిస్థితి మెరుగైంది.చత్తీస్‌ఘడ్‌లో బిజెపిని దాటిముందుకు వెళ్ళనుంది అని సర్వేలు చెపుతున్నాయి.

అయితే ఆంధ్రప్రదేశ్, ఢిల్లీ లాంటి రాష్ట్రాలలో కాంగ్రెస్ పరిస్థితిలో ఎటువంటి మార్పూ కనిపించటంలేదు. బిజెపి.కి పోటీ ఇచ్చేది ప్రాంతీయపార్టీలే నన్నది సర్వేలలో తేలుతున్న విషయం.

ప్రాంతీయపార్టీల నాయకులు మరింత శక్తివంతులవుతున్నారు. ఎన్నికలు జరిగితే తమిళనాడులో డి.ఎమ్.కె., తెలుగురాష్ట్రాలలో టి.డి.పి, టి.ఆర్.ఎస్., బెంగాల్‌లో తృణమూల్ కాంగ్రెస్‌లు తమ బలాన్ని పెంచుకుంటాయి. కర్ణాటక ఎన్నికల్లో జనతాదళ్(ఎస్) మద్దతు కీలకంగా మారుతుంది. ఒరిస్సాలో బిజూ జనతాదళ్ వెనకపడే పరిస్థితి కనిపిస్తోంది.

అయితే ఈ ప్రాంతీయ శక్తులను ఏకం చెయ్యగలిగిన పరిస్థితి కనిపించటంలేదు. ప్రాంతీయపార్టీలు మొత్తం కలిసి కాంగ్రెస్ కన్నా ఎక్కువ సీట్లు గెలుచుకుంటాయి. కాని ఆ ప్రాంతీయ పార్టీలలో అధిక శాతం కాంగ్రెస్ వ్యతిరేకతతో ఏర్పడినవే. అందువల్ల ప్రాంతీయ పార్టీలు బలపడిన చోట కాంగ్రెస్ పార్టీ బాగా బలహీనపడింది.

ఆ ప్రాంతీయపార్టీలను తనవైపు తిప్పుకోగలిగిన రాజకీయచతురత కాంగ్రెస్‌లో కరువైంది.

సి.పి.ఎమ్.వారు కాంగ్రెస్‌తో జతకట్టకూడదని తీసుకున్న నిర్ణయం వల్ల బిజెపికి లాభమే. సి.పి.ఎమ్. సొంతంగా గెలవలేకపోయినా సిద్ధాంతపరమైన వాదనను సమకూర్చగలదు.

కాంగ్రెస్‌కి ఆ సిద్ధాంతపరమైన ఆకర్షణను కమ్యూనిస్టులు ఇచ్చేవారు. ఆ సిద్ధాంతమే బలహీనపడిన వేళ సి.పి.ఎమ్. మద్దతు ఇచ్చినా ఇవ్వకున్నా ఎన్నికల ఫలితాలలో పెద్దగా మార్పేమీ వుండదు.

అందుకే సి.పి.ఎమ్. జట్టు కట్టుకుని ప్రకటించినా కాంగ్రెస్ కంగారుపడటంలేదు. రాజకీయవాతావరణం, ప్రజాభిప్రాయం అనుకూలంగా కనిపిస్తున్న వేళ బి.జె.పి. తన బలాన్ని పెంచుకునేందుకు బడ్జెట్‌ని ఉపయోగించుకుంది. రైతాంగానికి కొత్త ఆశలు కల్పించే బడ్జెట్‌ని తయారుచేసింది.తద్వారా వ్యాపార, వ్యవసాయ రంగాలవారి నుండి మద్దతు కూడగట్టాలన్నది భారతీయ జనతా పార్టీఆలోచన.

సాంప్రదాయ పార్టీ ఓటర్లను కాపాడుకుంటూ కొత్తవర్గాలను ఆకట్టుకునే యత్నం బిజెపి.లో జరుగుతోంది. తలాక్‌ని రద్దుచేసే సాహసోపేత నిర్ణయంతో ముస్లిమ్ మహిళలను తమవైపు తిప్పుకున్నది బి.జె.పి. హజ్‌యాత్రల సబ్సిడీ రద్దు, హజ్‌యాత్రకు మహిళలు ఒంటరిగా వెళ్ళేందుకు అనుమతి ద్వారా ఆ వర్గా

పాత మెజారిటీ లేదు

నికి మరింత చేరువైంది బి.జె.పి.

ఎన్నిరకాలుగా ప్రయత్నంచేసినా బిజెపికి ప్రస్తుతం ఉత్తరభారతదేశంలో వున్న సీట్లలో 50 నుండి 60 సీట్లు తగ్గుతాయన్నది సర్వేల అంచనా. ఆ నష్టాన్ని భర్తీచేసుకునేందుకు దక్షిణ, ఈశాన్య భారతప్రాంతాల మీద ఆధారపడాల్సివస్తుంది.

ఈశాన్యరాష్ట్రాలలోకి సొంతంగా చొచ్చుకుపోతున్నా, దక్షిణాదిరాష్ట్రాలలో ప్రాంతీయ పార్టీలను దాటి ముందుకువెళ్ళటం కష్టమే. తమిళనాడులోకి కాలు మోపేందుకు బిజెపి చేస్తున్న యత్నాలని అక్కడి ఓటర్లు స్వాగతించటంలేదు.

ఎ.పి, తెలంగాణలో కూడా బి.జె.పి.కి ఆదరణ పెరగటం లేదు. కేరళలో హింసాత్మక ఘటనలవల్ల బిజెపి మీద ప్రజలనుండి సానుభూతి వస్తున్నదేకాని ఎన్నికల్లో గెలుపుని తీసుకురావటంలేదు.

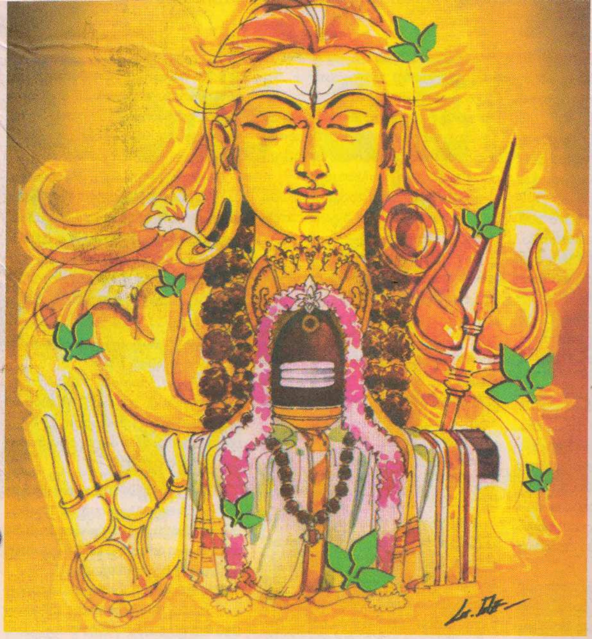
కర్ణాటక రాష్ట్రం మాత్రమే ఆ పార్టీకి కొంతమేర అనుకూలం. అయితే ఆ రాష్ట్రశాఖలోని అంతర్గత కుమ్ములాటలు పెరగటంతో ఓటర్ల విముఖతను కూడగట్టుకుంటున్నారు. ఫలితంగా ప్రాంతీయపార్టీల మీద ఆధారపడి తీరాల్సిందే.

సొంతగా మెజారిటీ సంపాదించే అవకాశాలు సన్నగిల్లినందున ప్రాంతీయపార్టీల మీద బిజెపి పెత్తనం గతంలో సాగినట్టుగా సాగటం కష్టమే.

ముద్దు వచ్చినప్పుడే చంక ఎక్కమన్నది సామెత. ప్రస్తుతం ఓటర్లకు ముద్దువస్తున్న పార్టీ బిజెపి అని సర్వేలు చెపుతున్నవేళ ఎన్నికలకు వెళ్ళి తిరిగి అధికారం కైవసం చేసుకోవటం మేలు కదా! అనే ఆలోచన బిజెపి అగ్రనాయకులది.

రాష్ట్రాలలో కూడా ఎన్నికలు కలిపి నిర్వహిస్తే తమ ప్రచారశైలితో జాతీయ అంశాలమీదికి దృష్టిని మళ్ళించి సులభంగా గెలుపు పొందగలమనుకుంటున్నారు. ఓటరు అభిప్రాయం మారటానికి ఆట్టేకాలం పట్టదు. కాబట్టి సానుకూలంగా వున్న సమయంలోనే పబ్బం గడుపుకోవడమే రాజకీయం.

డా॥ దుగ్గరాజు శ్రీనివాసరావు



శివ రహస్యం

ఏ వస్తువునైనా, వ్యక్తినైనా, ప్రాణినైనా కేవలం కంటితో చూసినంతమాత్రాన వాటిలో దాగున్న గొప్పదనం ఏమాత్రమూ తెలియదు.

ఓ పర్వతాన్ని చూశాం- లోపల ఏయే లోహాలు, రత్నాలు, అగ్ని... వంటి ఏమున్నాయో అర్థంకాదు. అలాగే ఓ వ్యక్తిని చూసినా అతనిలో ఉన్న పాండిత్యం లేదా వంకరతనం... ఇలా ఏమీ అర్థంకావు.

అదే తీరుగా శంకరుని పైరూపాన్ని చూసినంత మాత్రాన ఆయన లక్షణాలేమీ తెలియవు. లో దృష్టితో గమనిస్తే తెలియకుండా దాచుకోగల రహస్యాలూ ఉండవు. అలాటి దర్శనాన్ని చేద్దాం!

తలమీది గంగమ్మ

శంకరుణ్ణి చూస్తూండగానే తలమీద గంగమ్మ కన్పిస్తుంది. పోనీ ఆమెకూడా స్థిరంగా కూర్చుని కన్పిస్తుందా? అనుకుంటే అక్కడినుండి కిందికి దూకుతూ (ద్రవరూపంలో) కన్పిస్తుంది.

ఇలా నీళ్ళుగా కారుతూండే ఆమెని నెత్తిమీద పెట్టుకోవడమేమిటి? అన్పిస్తుంది మనకి.

ఆ కన్పించేది 'గంగమ్మ' అంటే గంగ అనే పేరు వున్న స్త్రీమూర్తి కానేకాదు. పురాణాలు ఈమెని 'గంగమ్మ' అని పిలుస్తూ శంకరుడు పురుషుడనీ, ఆమె ఆయన భార్య అనీ చెప్తాయి.

ఇక్కడ సాంకేతికమైన అర్థాన్ని గ్రహించాలని కూడా చెప్తాయి. 'గంగ' అనేది జ్ఞానానికి సంకేతం. అందుకే ఎవరైనా చక్కగా ప్రసంగిస్తుంటే 'అబ్బో' గంగా ప్రవాహ'మంటారు.

అంటే జ్ఞానప్రవాహమని అర్థం. జ్ఞానం అనేది ఎప్పుడూ ఏ వ్యక్తికైనా కాలులోనో, చేతిలోనో ఉండదు. అది కేవలం బుద్ధిలోనే ఉంటుంది.

ఆ బుద్ధి అనేది శిరసు మధ్యభాగంలో అంటే బ్రహ్మరంధ్ర స్థానంలో దాగివుంటుంది. ఆ బుద్ధి మరింతగా ఎదిగి ఎదిగి జ్ఞానం మరింత కలగాలనే అభిప్రాయాలతోనే పెద్దలు ఆశీర్వచనం పేరిట అక్షతలని ఆ ప్రదేశంలోనే వేస్తారు.

చిన్నపిల్లలకి తలంటిపోసే సందర్భానికి ముందు తల్లి తన సంతానానికి ఆ బ్రహ్మరంధ్రంమీదే నూవుల నూనెని కొద్దిగా అద్ది అక్షతలని వేసి ఆశీర్వదిస్తుంది - ఆ ప్రదేశం జ్ఞానాన్ని పుట్టించే స్థానం అని తెలిసిన ఆమె కాబట్టే.

అదుగో అలాటి జ్ఞానాన్ని (గంగని) తనవద్దనే ఉంచేసుకుంటే లోకంలో ఎవరికి ఆయన జ్ఞానము అబ్బుతుంది? అందుకని శంకరుడు పరోక్షంగా ఏమని చెపుతున్నాడు అంటే- ఓ వ్యక్తీ! నీకున్న జ్ఞానాన్ని లోకంలో అందరికీ పంచడంనిమిత్తం కిందికి దింపవలసింది అని.

అందుకే జ్ఞానగంగని తన తలమీదనే ఉండిపోకుండా- ఉంచుకోకుండా నేలకి (వ్యక్తులకి/ప్రాణులకి) పంపుతాడు శంకరుడు.

కాబట్టి అందరూ జ్ఞానవంతులు కావాలని ఆకాంక్షించే లక్షణమున్నవాడు శంకరుడన్నమాట!

'గంగ' అనేది ఆకాశంలో ఉంటుంది కాబట్టే దాన్ని ఆకాశగంగ అన్నారు. ఆ ఆకాశం అనేది అన్నిటికీ ఆధారం.

ఆకాశం నుండే వాయువూ, వాయువు నుండి అగ్నీ, అగ్ని నుండే నీరూ, నీటినుండే నేలా, నేలనుండే మనం బ్రతకడానికి కావలసిన ధాన్యాలూ, వాటిని తింటూ ప్రజా, వారివల్లనే సంతానం... ఇలా కలుగుతున్నాయి **(ఆకాశాద్వాయుః వాయోరగ్నిః... ప్రజాః- వేదం).**

కాబట్టి శంకరుడు ఎక్కడో ఆకాశంలో దాగిన వస్తువులని అక్కడే ఉంచేయకుండా ఆ ఆకాశంలో ఉన్న అన్నిటినీ క్రమక్రమంగా నేలకి (నేల అంటే మనమంతా నన్నమాట) పంపిస్తూ మనందరి జీవికకీ కారణమవుతున్నాడన్నమాట! అంతటిలో అర్థం గంగమ్మలో దాగుంది.

ఆభరణంలా చంద్రుడు

శంకరుని తలమీద ఒక ఆభరణంలా చంద్రుడు మనకి కన్పిస్తాడు. **(శంభోర్మకుటభూషణమ్).**

చంద్రుడు మనసుకి ప్రశాంతతని కలిగిస్తాడు. అందుకే సూర్యకాంతిలో మనం ఎక్కువసేపు ఉండడానికి ఇష్టపడం. చంద్రకాంతి అయిన వెన్నెలలో ఎంతసేపున్నా వెళ్ళిపోవాలనే ఆలోచనకి రానే రాము. దానిక్కారణం చంద్రునిలో ఉండే ఆహ్లాదకత్వమే (మానసిక ఆనందం).

అటువంటి చంద్రుణ్ణి తన తలమీద ధరించిన

శంకరుడు మనందరికీ చెప్తున్నాడు-

మనసుకి ఈ సంసారతాపం (వేడి) కలిగినట్లయితే చంద్రుడు ఆభరణంగాగల నన్ను తలుచుకుంటే తప్పక చల్లదనాన్ని కలిగిస్తానని.

అందుకే చాంద్రాయణవ్రతం- చంద్రుడు ఎలా ఒక్కొక్క కళ చొప్పున వృద్ధిపొందుతూ వెళ్తాడో అలా రోజు రోజుకీ ఒక్కొక్క ముద్ద ఆహారాన్ని పెంచుకుంటూ వెళ్తూ-

పూర్ణిమనాటికి 15 ముద్దల ఆహారాన్ని తింటూ, మళ్ళీ కృష్ణపక్షం ప్రారంభంకాగానే 15, 14, 13, 12 అనే ఈ తీరులో తగ్గించుకుంటూ ఆహార నియమాన్ని పాటిస్తూ మానసిక ప్రశాంతతని పొందుతారు శివారాధన చేస్తూ.



Courtesy : Sakthi Vikatan

మూడవ కన్ను

ఎవరికీ మూడవ కన్ను ఉండదు. అయితే శంకరునికీ, నరసింహస్వామికీ మాత్రమే మూడవ కన్ను ఉంటుంది. ఇదేమిటి? అన్పిస్తుంది మనకి.

చిత్రమేమంటే మన ముక్కుకి అటూఇటూ ఉండే రెండు కన్నులూ అడ్డంగా ఉంటే, శంకరుని కన్నులు కూడా అలాగే ఉంటే, ఆయన మూడో కన్ను మాత్రం నిలువుగా ఉంటుంది.

ఇక్కడే ఉంది అసలు రహస్యం. ఈ రెండు కళ్ళూ భౌతికమైన వస్తువులన్నింటినీ చూచే కన్నులవుతూ ఉంటే, ఆ శంకరుని మూడవకన్ను మాత్రం 'జ్ఞాన నేత్రం'. జ్ఞానం అనేది ఎప్పుడూ ధర్మబద్ధంగానే ఉంటుంది. అందుకే ఏదైనా తన విషయంలో అధర్మమంటూ జరిగితే శంకరుడు తట్టుకోలేడు.

పార్వతీదేవి తనకి శంకరునితో వివాహం కాని కాలంలో శంకరునికి పరిచర్య చేస్తుంటే మన్మథుడు ఓ పూలబాణాన్ని శంకరునిమీదికి విసిరాడు.

దాంతో తనకి పార్వతిమీద శృంగార దృష్టితో చూడాలనే బుద్ధి పుట్టింది.

పరమనైష్ఠికుడైన శంకరుడు- తన విషయంలో ఏకాగ్రతని చెడగొడుతూ, బుద్ధికి వంకరతనాన్ని కలుగజేస్తున్న మన్మథుణ్ణి బూడిద చేసేశాడు.

ఈ జ్ఞాననేత్రమనేది ప్రతివ్యక్తికీ ఉంటుంది. ధర్మబద్ధంగా జీవితాన్ని సాగిస్తున్న పక్షంలో ఆ నేత్ర దృష్టిమరింత పెద్దదవుతూ వ్యక్తి మరింత జ్ఞానవంతుడవుతాడనేది ఇక్కడి రహస్యం.

నీలకంఠం

శంకరుని కంఠానికి నల్లమచ్చ ఉంటుందని అందరూ అంటుంటారు. నిజానికి శంకరుని కంఠం 'నీలం' మచ్చతో ఉంటుంది. ఆకాశం ఏ నీలిరంగులో ఉంటుందో ఆ రంగులో మచ్చ ఉంటుంది. అలాగే ఉండాలి శంకరుని కంఠం.

దేవతలూ, రాక్షసులూ పాలసముద్రాన్ని చిలుకుతూన్నవేళ వచ్చిన విషాన్ని శంకరుడు తన భార్య పార్వతి ఆజ్ఞమీద స్వీకరించాడు.

ఆ విషంగనుక శంకరుని ఉదరంలోనికి వెళ్తే, అక్కడున్న లోకాలన్నీ భస్మమైపోతాయి కాబట్టి, మనందరికీ తల్లి అయిన పార్వతి శంకరుని కంఠాన్ని చేతితో బిగబట్టి ఆ విషం ఉదరంలోనికి పోకుండా చేసింది. దాంతో ఆ విషతీవ్రత శంకరుని కంఠాన్ని నీలిరంగుగా అయ్యేలా చేసింది. ఇది కథ.

దీన్ని అంతరార్థపరంగా పెద్దలు ఇలా చెప్తారు- ఎవరైనా ఏదైనా ఓ విషయాన్ని గనుక మనకి చెప్తే, దాన్ని లోకంలో ప్రచారం చేయడమనేది సరికాని విషయమైతే, దాన్ని మనం మన కంఠంలోనే దాచేసుకోవాలి తప్ప,పదిమందికీ బహిరంగపరచకూడదని.

లోకంలో ఎందరో ఇలా రహస్యాలని దాచలేనివారవుతున్న కారణంగానే ఎన్నెన్నో కలహాలు, శత్రుత్వాలు ఏర్పడుతూ ఉన్నాయి.

నచ్చనిరహస్యాన్ని దాచడమనేది ఎంత గొప్ప విషయం! దాన్నిశంకరునినుండే నేర్చుకోవాలన్నమాట!

ఒంటినిండా పాములు

కృ-త-జ్ఞ-త అనే మాట ఒకటుంది లోకంలో. ఎవరైనా మనకి సహాయాన్నంటూ చేస్తే ఆ కృత (చేసిన సహాయాన్ని) జ్ఞ (గుర్తుంచుకునే) త (తనంతో ఉండడం) కృతజ్ఞత అంటే.

పాముకి రోజూ సరైన సమయానికి పాలని పోస్తూ ఉన్నా దానికి కృతజ్ఞత అనేది ఉండనే ఉండదు. కాబట్టి పాలని పోస్తూవున్నవాణ్ణే కాటువేస్తుంది. అలా సర్వ వ్యక్తులకీ శత్రువవుతూ, అందరూ కూడా ద్వేష భావంతో చూసే పాముల్ని తనకి ఆభరణాలుగా శంకరుడు ధరిస్తూ ఉంటాడంటే దాని అర్థం- మన చుట్టూ పరమ కృతఘ్నులూ పాములాంటి లక్షణాలతో ఉన్నవాళ్ళూగనుక ఉన్నట్లయితే వాళ్ళనికూడా మచ్చిక చేసుకుని వారిద్వారా హాని కలుగకుండేలా మన ప్రవర్తన ఉండాలని.

ఇదెంత గొప్ప సత్యం మనకి!

పురుషుడినైన నేనే నీకు అధికారిని- అంటూ పార్వతిని తక్కువచేయడం కాకుండా ఆమెకి తన శరీరంలో తలనుండి కాలివరకూ అర్ధశరీరాన్నిచ్చిన శంకరుడు-భార్యకి ఎంత గౌరవమియ్యాలనే విషయాన్ని పరోక్షంగా మనకి చెప్తున్నాడు.

తల అనేది ఆలోచనకి స్థానమైతే, కాలు అనేది ఆ ఆలోచనని అమలుచేసే కార్యాచరణకి సంకేతమైతే, రెండు శరీరాలూ ఎప్పుడూ కలిసే ఉండే ఆ అర్ధనారీశ్వరరూపం 'భార్యాభర్తలైన మీ ఇద్దరే ఆలోచనని చేయడం దగ్గర్నుండి ఆచరణవరకూ చేసుకోండితప్ప మూడో వ్యక్తిని మీ దంపతులమధ్యలోనికి రానీయకండి' అని చెప్తోంది.

ఈ రోజున ఎన్నో కుటుంబాల్లో దంపతుల మధ్య చేరిన మూడో వ్యక్తివల్లనే కుటుంబాలు విచ్ఛిన్నమవుతున్నాయని గమనిస్తూనే ఉన్నాం కదా! ఇలా అనేక రహస్యాలమయం శివపార్వతుల అర్ధనారీశ్వరరూపం. ఈ శివరాత్రి రోజు శివుడ్ని ప్రార్థిద్దాం.

తన్నో రుద్రః ప్రచోదయాత్

డా॥ మైలవరపు శ్రీనివాసరావు

తాయిలం

డి.ఆర్.ఇంద్ర

"శృంగారానుభవం పండుగనాడు చేసుకునే పాయసంలా మధురంగా ఉండాలేతప్ప రొటీన్‌గా చేసుకునే పచ్చడిలా ఉండకూడదు. గుడికి వెళ్ళినప్పుడు ప్రసాదాన్ని కళ్ళకి అద్దుకుని భక్తిభావంతో ఆరగించినట్టు శృంగారాన్నీ గొప్ప అనురక్తితో అనుభవించాలి" తాదాత్మ్యంగా అందామె.

ఇల్లు చక్కగా తీర్చిదిద్దుకునే హోమ్‌సైన్స్‌లో పిజి చేసిన సాహితికి పెళ్ళిచూపులు. ఇల్లంతా చాలా హడావుడిగా వుంది. ఎందుకు ఉండదూ? సినీహీరోలని తలదన్నే అందగాడూ, పెద్ద ఐటిసంస్థలో పెద్ద హోదాలో లక్షల్లో జీతం, స్వంత విల్లా, సెడాన్ కారూ వున్నవాడు మరి.

ఆన్‌లైన్లో సాహితి ఫోటో చూసి మూర్ఛపోయి తేరుకుని సాహితి తల్లిదండ్రుల్తో మాట్లాడి కుటుంబ సమేతంగా పెళ్ళిచూపులకి వస్తున్నాడు.

మరో పావుగంటలో ఇంటిదగ్గర వుంటామని మెసేజ్ కూడా వచ్చింది. లివింగ్ హాల్లో సాహితి కుటుంబ సభ్యులు ఈ సంబంధం ఖాయం అయిపోయినట్టే అనీ, పెళ్ళి ఎలా ఘనంగాచెయ్యాలా అనీ చర్చించు కుంటున్నారు. సాహితి అక్కడలేదు, కిచెన్లో ఉంది. కిచెన్లో గ్యాస్‌స్టౌ మీద నీలిమంటమీద అట్లకాడ కాలు తోంది. సాహితి నిలబడి వుంది, అట్లకాడ ఎర్రబడ టానికి ఎంతసేపు పడుతుందా అని చూస్తూ.

పెళ్ళివారికి టిఫిన్లు సర్దడానికి అక్కడికి వచ్చిన సాహితికి దూరపు అత్త వరసయ్యే ప్రభావతి, సాహితి చేస్తున్న పని చూసి ఆశ్చర్యంతో "ఏం చేస్తున్నావ్ అమ్మాయ్!" అంది.

"ఈ వేడి సరిపోతుందా ఆంటీ బొబ్బలు తేలేలా వాతలుపెట్టడానికి, లేక అట్లకాడ ఇంకా బాగా ఎర్ర బడాలా?" అంది సాహితి.

"వాతలేమిటి, ఎవరికి, ఎందుకు?" అంది ప్రభా వతి నిర్ఘాంతపోతూ.

"పెళ్ళికొడుక్కి!" ప్రశాంతంగా చెప్పింది సాహితి.

ప్రభావతికి నోటమాట రాలేదు. సాహితే అందు కుంది. "ఈ పెళ్ళి నాకు ఇష్టంలేదనీ, రావద్దనీ మెసేజ్ పెట్టాను. ఆడపిల్ల అలా చెప్పినా కూడా, సభ్యత ఎరగని ఆ గాడిద ఎంతటి అందగత్తెలైనా నచ్చని నాకు నువ్వు పిచ్చిపిచ్చిగా నచ్చేశావ్! నిన్ను వదులు కుంటానా? కాసేపట్లో నీ సమక్షంలో ఉంటా అని రిప్లై ఇచ్చాడు మేనర్స్ లెస్ ఫెలో! అందుకే వాడికి పిర్రలమీద అట్లకాడతో వాతలు పెడదా మనీ" అంది మళ్ళా మెసేజ్ పెడుతూ. ప్రభావతి ముక్కు మీద వేలు వేసుకుంది.

"నే చేసేదితప్పా ఆంటీ?" అంది సాహితి. 'యూ ఆర్ వెల్కమ్ మిష్టర్! అట్లకాడ బాగా ఎర్రబడి రెడీ అయింది' అని మెసేజ్ పంపడం పూర్తిచేసి.

"ఎవరినైనా ప్రేమించావా? మీవాళ్ళు కాదన్నారా?" అంది ప్రభావతి.

"ప్రేమా లేదు, దోమా లేదు. లోకంలో రోజూ వేల పెళ్ళిళ్ళు అవుతుంటాయ్. అన్నీ జయప్రదం కావు. కొన్ని ఫెయిలవుతాయ్.

ఫెయిలు కాని సంసారాల్లో కూడా దంపతులు ఆనందంగా జీవిస్తున్నారని నాకనిపించదు. అదృష్టం బావుంటే కొంచెం సుఖపడతారేమో. అందుకే ఎవడ్నో ఒకడ్ని మొక్కుబడిగా కట్టుకుని యాంత్రిక జీవితం జీవించడానికి నాకు మనస్కరించడంలేదు. ఆనందం కరువైన వైవాహిక జీవితం మెడకో గుదిబండ అవు తుంది. అది నాకు ఇష్టం లేదు ఆంటీ"

"అయితే నీ దృష్టిలో సుఖానికీ ఆనందానికీ తేడా ఏమిటి సాహితీ?" అడిగింది ప్రభావతి.

"సుఖం వేరు, ఆనందం వేరు ఆంటీ. సుఖం దేహసంబంధి, ఇంద్రియ సంబంధీ. ఆనందం హృదయ సంబంధీ, ఆత్మగతం. నా అన్నా వదినలు బిజీ డాక్టర్లు. ఆదాయమూ ఎక్కువే.

కానీ వాళ్ళకి వైవాహిక జీవితం అనుభవించానికి సమయమే వుండదు. ఎప్పుడూ డబ్బు, మందుల వాసన కొడుతుంటారు. అక్కాబావలు సాఫ్ట్ వేర్ ఇంజనీర్లుగా లక్షలజీతాలు తెచ్చుకుంటున్నారు. ఏం లాభం. రాత్రి ఒంటిగంటక్కూడా లాప్‌టాప్‌లు వదలరు! ఇకవారికి సరసాలకి సమయం ఏదీ? చాలా మంది నా స్నేహితురాళ్ళ జీవితాలూ అంతే.

డబ్బూ, సుఖభోగాలవెంట పరుగులు! జీవితా నందం కరువైన ఆ బతుకులు ఎందుకూ అనిపిస్తుంది నాకు. నాకు కావాల్సింది జీవితాన్ని జీతాలు, హోదాలు, సుఖభోగాలకి తాకట్టుపెట్టేవాడు కాదు.





తెలతెలవారుతూంటే ఆ వెచ్చని చలిలో సొగ మంచులో నా చేతిలో చేయివేసి చెట్లమ్మటా పుట్ల మ్మటా ఉదయ వ్యాహ్యాళికి సిద్ధపడే ప్రకృతి ప్రేమి కుడు కావాలి. సూట్లూ బూట్లవాడు కాదు, సింపుల్ డ్రెస్‌వాడు కావాలి. విల్లాలు కార్లున్నవాడు కాదు, మనుషుల్ని గౌరవించేవాడు, జీవితాన్ని కృత్రిమంగా కాక సహజంగా జీవించేవాడు కావాలి.

ఆనందంగా జీవిస్తూ ఆనందపరచేవాడు కావాలి. అటువంటివాడు దొరుకుతాడని నాకు నమ్మకం లేదు. అందుకే పెళ్ళంటే నాకు సదభిప్రాయం పోయి విరక్తి పుడుతోంది ఆంటీ" అంది సాహితి.

ఈలోపు హాల్లో కలకలం రేగింది. పెళ్ళివారి కోసం ఎదురుచూస్తుంటే అనివార్య కారణాలవల్ల పెళ్ళిచూపులు రద్దు చేసుకున్నామని మెసేజ్ రావడం ఏమిటో అర్థంగాక జుట్టుపీక్కుంటున్నారు.

"చాలా గడుసుదానివి సాహితీ! నచ్చని పెళ్ళి చూపులు ఎలాగూ తప్పించేశావ్. కూర్చుని మాట్లాడుకుందాం, రా" అంటూ సాహితితో కలిసి దొడ్లో జామచెట్టు కిందకి దారితీసింది ప్రభావతి.

"మనసువిప్పి చెప్పావుకాబట్టి నువ్వేమిటో అర్థమయింది సాహితి. నలభై ఏళ్ళక్రితం ఓ పదిహేడేళ్ళ పిల్ల నీలాగే పెళ్ళివద్దంది. కారణం తనుచూసినచిన్న లోకంలో ఆనందంగా నవ్వుతూ తుళ్ళుతూ ఉండే దంపతుల్ని ఎక్కడా చూడలేదట.

ఈసురోమంటూ తప్పనిసరి తద్దినంలా కాపురాలు నెట్టుకొస్తున్నవాళ్ళేతప్ప. ఇటువంటి దౌర్భాగ్యపు జీవితం తనకి వద్దనుకుంది. కానీ ఎవరు ఆలకిస్తారు ఆడపిల్ల మొర! బలవంతాన ఓ వస్తాదులాంటి మోటుమనిషిని తీసుకు వచ్చి కట్టబెట్టబోతే, ఎద్దులాంటి ఆ మొద్దుతో కాపురంకన్నా చావే నయమని నూతిలో దూకబోతే ఆ సమయానికి దిగొచ్చాడు.

ఆ పిల్ల మనసెరిగిన పెద నాన్న కొడుకు దేవుడు పంపినట్టు. 'నీకో తాయిలం తెచ్చాను బహూకరిద్దామని! నువ్వేమో నూతిలో దూకుతా, చెరువులో దూకుతా అంటే ఎలా చెల్లమ్మా' అన్నాడు చెల్లిని అక్కున చేర్చుకుంటూ.

ఆ పిల్ల తెల్లబోయింది. 'చావబోతూంటే తాయిలాల హాస్యమా' అంది. 'హాస్యం కాదు, నిజమే. కావాలంటే నే తెచ్చిన తాయిలాన్ని నువ్వే చూడు' అంటూ పక్కకి తప్పుకున్నాడు అన్న.ఆ తాయిలం ఆరడుగుల పొడవుంది! సన్నని మీసకట్టు, అందమైన పంచెకట్టులో సన్నగా నవ్వుతోంది,ఆ నవ్వే కోటివరహాలన్న రీతిలో!

ఆ పిల్ల నిర్ఘాంతపోయి చూస్తుంటే నచ్చిందా తాయిలం? 'నీకోసమే ఈ లోకమంతా గాలించి తీసుకొచ్చా. నిండు చంద్రుడుకైనా మచ్చ ఉంటుందేమోకానీ ఏ మచ్చాలేని ఈ నా ఆత్మీయ మిత్రుడు నీకు తగ్గవాడు, ఆరాధనీయుడూ. అవునో కాదో నువ్వే పరీక్షించుకో. కాసేపు నేనలా వెళ్ళొస్తా' అంటూ మాయమయ్యాడు ఆ ఆప్యాయపు అన్న.

ఆ పిల్ల తెప్పరిల్లింది. ఆలోచనలో పడింది. ఆ ఆరడుగుల తాయిలం తనకేసే నవ్వుతూ చిన్నప్పటి

బాల్యసఖిని పెద్దయ్యాకా పరకాయించి చూస్తున్నట్టు అభిమానంగా అపురూపంగా చూస్తోంది! ఆ చూపులో స్నేహభావం ఉట్టిపడుతోంది. గౌరవం తొణికిసలాడుతోంది.నీకు ఇష్టమైతేనేసుమా అనే ఛాయిస్‌ఉంది.

తన గురించి, పదిమందికి అన్నంపెట్టే తన పెద్ద వ్యవసాయ ఉమ్మడి కుటుంబం గురించి చెప్పాడు. డిగ్రీ చదువుకుని కూడా ఉద్యోగాలకోసం ఎగబడక, నేలతల్లిని నమ్ముకుని కష్టించడం తనకి ఇష్టమట. పదిగదుల పేద్ద మండువాలోగిలి.

నలుగురు అన్నదమ్ములకీ నాలుగ్గదులు, వచ్చే పోయే ఆడబడుచులకోసం మూడుగదులు, తల్లి దండ్రులకోటి, అతిథుల గది, ఓ సామాన్ల గదీ అని తన కొంప గురించి చెపుతోంటే ఆ పిల్లకి తెగ నవ్వొచ్చింది, అది కొంపా లేక సత్రమా అని.

అన్నీ కలసివచ్చాయ్

తాను ఇన్నేళ్ళుగా పరిశ్రమలో సక్సెస్‌ఫుల్‌గా సాగడానికి రచయితలు, దర్శకులు మంచి మంచి కథలు, పాత్రలు సృష్టించడమే కారణం అంటున్నది శ్రియాశరణ్.

"నేను ఎంపికచేసుకునే సినిమాలు కూడా నాకు బాగా కలసివచ్చాయి. ఎప్పటికప్పుడు కొత్తపాత్రలు చేసే అవకాశం వస్తున్నది. ఈ విషయంలో నేను చాలా అదృష్టవంతురాలిని. యువదర్శకులతో వరస సినిమాలు చేయడానికి వారి కథలు నచ్చడమే కారణం. గాయత్రి కథ, నా పాత్ర నాకెంతగానోనచ్చాయి. విష్ణుతో కలసి నటించడం మంచి అనుభూతి ఇచ్చింది" అంటోంది.



అటువంటి పెద్ద ఉమ్మడికొంపకి తను చిన్నకోడలుగా వెళ్ళి ఓ గదిలో ఓ సామానులా తను ఇరుక్కోవాలా అనిపించింది. కానీ అతను అబద్ధాలు చెప్పలేదు, ఏదీ దాచలేదు. ఆదర్శభావాలూ, మంచి అభిరుచులూ వున్న వాడిలాగే వున్నాడు.

అపురూపమైన జాతిరత్నంలాగే వున్నాడు. అతన్ని కాదనేందుకేమీ లేదు. కళ్ళకద్దుకుని కళ్ళుమూసుకుని తాళి కట్టించుకోవచ్చు. కానీ ఆ అమ్మాయి సరే అనలేదు! కొన్నిషరతులు పెట్టింది!

మగాడు మెట్లుదిగొచ్చి ఐలవ్యూ చెప్తే ఆ ఆడది చెట్టెక్కుతుంది. ఐలవ్యూ చెప్పిన శంతనమహారాజుని ఒప్పుకోవడానికి గంగాదేవి పిచ్చి షరతులు పెట్టిందట పూర్వం. ఆ పిల్లపెట్టిన మొదటి షరతు ఏమిటో తెలుసా?

సత్రపు గదిలాంటి ఆ పడగ్గదిలో తను కాపురం చేయదట! తన ప్రశాంతతకి భంగంకానివిధంగా విడిగావేరేగా అందమైన, తనకి మాత్రమే స్వంతమైన పడగ్గది ఉండాలట!

తన పడగ్గదిని భర్తకూడా పంచుకోకూడదట. భర్త పడగ్గది వేరేగా ఉండాలట. తను అనుమతిస్తేతప్ప భర్తకూడా తన పడగ్గదిలోకి అడుగుపెట్టకూడదట! ప్రవేశానికి అనుమతి కోరాలట! అతను తనకొస్తున్న నవ్వుని బలవంతాన అణుచుకున్నాడు. రెండో షరతు ఏమిటన్నాడు. ఆ పిల్ల రెండో షరతు ఇలా చెప్పింది.

తాళి కట్టినంతమాత్రాన భార్యమీద సర్వాధికారాలూ వచ్చేస్తాయనుకోవద్దు. శృంగారానికైనాసరే భార్య అనుమతించకుండా తాకకూడదు.

భార్యాభర్తలు రోజూ ఒకే మంచంమీద పడుకుంటూ యాంత్రికంగా కాపురం వెలగబెట్టడం అసహ్యం. వేర్వేరుగా ఉంటూ ఇద్దరిలోనూ మోహం, కోరికా మొగ్గతొడిగి వికసించినప్పుడు అపురూపంగా కలుసుకుంటేనే గొప్ప థ్రిల్‌గా వుంటుంది.

శృంగారానుభవం పండుగనాడు చేసుకునే పాయసంలా మధురంగా ఉండాలే తప్ప రొటీన్‌గా చేసుకునే పచ్చడిలా ఉండకూడదు. గుడికి వెళ్ళినప్పుడు ప్రసాదాన్ని కళ్ళకి అద్దుకుని భక్తిభావంతో ఆరగించినట్టు శృంగారాన్నిగొప్ప అనురక్తితో అనుభవించాలి.



జీవితంలో విజయాలు సాధించే మహిళలమీద లైంగికపరమైన ఆరోపణలు, దాడులు సహజమే. -నిక్కీ హేలీ,

యు.ఎన్.ఓ.లో అమెరికా ప్రతినిధి

శృంగారమూ అటువంటి తాయిలం ఆవాలి. తాయిలం రోజూ తినకూడదు. రోజూ తాయిలం కావాలని పేచీ పెట్టకూడదు. పెట్టినా ఇవ్వకూడదు. నీ ప్రవర్తనతో నా మనసు చూరగొంటేనే తాయిలాన్ని అనుగ్రహిస్తాను.

'ఐతే నీకు తాయిలం కావాలనిపిస్తే అందరూ నిద్రపోయాక నా మందిరంలో సన్నజాజులు అల్లుకున్న నా కిటికీలో ఓ వెండిప్లేటుపెట్టాలి.

నాకూ ఆ మూడ్‌వుంటే ఆ వెండి పళ్ళెంలోమిఠాయి ఉండ పెడతాను. అంటే నిన్ను అనుగ్రహించినట్టన్న మాట. అప్పుడు నా అంతఃపురంలోకి శోభనం పెళ్ళికొడుకులా అడుగుపెట్టవచ్చు'

'నీకు ఆ మూడ్ లేకపోతేనో?' ఆదుర్దాగా అడిగాడతను.

'మిఠాయీ లేదు, గిఠాయీ లేదు. నీ గదిలోకి వెళ్ళి నోట్లో వేలు పెట్టుకుని చప్పరించుకుంటూ పడుకోవడమే!' అంది ఆమె.

'అలా ఐతే చాలా కష్టమే! ఒకవేళ నిగ్రహించుకోలేక మీదపడితేనో! లోకంలో ప్రతీ మగాడూ భీష్ముడులా బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటించలేరుగా' అన్నాడతను.

'భార్య ఇష్టమూ, అనుమతీ లేకుండా అలా మీద పడితే మొగుడి ఉద్యోగం డిస్మిస్ అవడమే కాక, పనిష్మెంట్‌గా వెయ్యి జన్మలు కుక్కా, నక్కా, గాడిద, పిల్లీ, ఎలకా, తొండా, బల్లీ, బొద్దింక జన్మలెత్తి వెయ్యిన్నొకటీ జన్మలో ఆడవాళ్ళెవరూలేని ఒంటరి దీవిలో ఒంటరిగావెయ్యేళ్ళు బతకాలి ఎండ్రకాయల్ని ఏరుకు తింటూ... చూస్కో మరి!'

ఆ సమాధానంలో అతగాడు పొట్టచేతపట్టుకుని పడీపడీ నవ్వాడు పావుగంటసేపు. 'ఆ శిక్షలన్నీ ఏ పురాణం చెప్పింది పెళ్ళికూతురా?'

'ఆధునిక స్త్రీ పురాణం చెప్పింది'

'నీ షరతులు పాటించడంకన్నా అగ్నిగుండం మధ్యలో ఒంటికాలిపై నిలబడి చేతులెత్తి వెయ్యేళ్ళు తపస్సు చెయ్యడం సులువనిపిస్తుంది అమ్మాయ్'

'ఇదిగో అబ్బాయ్, దాంపత్యజీవితమంటే నవ్వులాట కాదు. తన స్త్రీని ఆనందపరచడంకన్నా మగజన్మకి వేరు ధన్యతలేదని తెలుసుకున్నవాడే పెళ్ళికి అర్హుడు!'

'నీ షరతులన్నిటినీ మనస్ఫూర్తిగా అంగీకరిస్తున్నాను. ఇవేనా ఇంకా ఏవైనా షరతులున్నాయా?' అన్నాడతను చేతులు కట్టుకుని.

'ఇవి ప్రాథమిక షరతులు! మిగిలినవి గుర్తుకు వచ్చినప్పుడు నా బెడ్రూమ్ బయట నోటీస్ బోర్డ్‌లో పెడతాను. ఏరోజుకారోజు వాటిని చూసుకుంటూ ఆ ప్రకారం నడుచుకోవాలి.గురువుపట్లా, తల్లిపట్లా వినయ విధేయతతో ప్రవర్తించినట్లే భార్యతోనూ నడుచుకోవాలి.

దేవాలయానికెళ్ళినప్పుడు చెప్పులు బయటవదిలి గుడిలో ప్రవేశించినట్టు నా గదిలోకి ప్రవేశించేముందు నీ

పురుషాహంకారాన్నీ, ఆధిపత్య ధోరణినీ నీ గదిలో చిలక్కొయ్యకి తగిలించి రావాలి. ఒప్పుకున్న షరతులకి కట్టుబడివుంటానని వాగ్దానం చేయాలి!'

'చిత్తం దేవీ!' అన్నాడతను.అనడమే కాదు, అక్షరాలా ఆమె షరతులన్నిటినీ గౌరవించాడు. ఈమె చేతిని ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ ఏనాడూ వదలను అని అగ్నిసాక్షిగా ప్రమాణం చేసి పాణిగ్రహణం చేసిన రాముళ్ళూ, నలుడులాంటివాళ్ళే వాగ్దానాలు తప్పి భార్యల్ని అడవుల్లో వదిలేశారు.

శంతనుడూ గంగకి ఇచ్చిన మాట తప్పాడు. వాళ్ళతో పోలిస్తే అతను ఎంత గొప్పవాడో ఆలోచించు సాహితీ. అందుకే ఆ పిల్ల ఏ ఆడదీ ఎరగనంత ఆనందంతో తృప్తితో జీవించింది"

"నిజమా ఆంటీ! ఇదంతా నీకెలా తెలుసు!"

"ఇంకా అర్థమవలేదా సాహితీ? ఆ పిల్ల ఎవరో కాదు. ఆ అదృష్టవంతురాల్ని నేనే! గున్నమామిడి చెట్టుమీద కోకిల వసంతకాలంలో మాత్రమే ఆనందంతో గొంతు విప్పుతుంది.

కానీ స్త్రీ మనసెరిగి నడుచుకునే మగవాడు దొరికిన స్త్రీ హృదయం నిత్యవసంతకాలమై నిత్యం కోకిలగానాన్ని వినిపిస్తూనే ఉంటుంది. అటువంటి కోకిలనయ్యే అదృష్టం అతనివల్ల నాకు పట్టింది.

శృంగారాన్ని చాలా అరుదుగానే ఆనందించాలి అన్న నా షరతుకి కట్టుబడే నడుచుకున్నాడు.

ఏ పుట్టినరోజో,పెళ్ళి రోజో, పండుగనాడో ఊరు నిద్రోయాక వెన్నెల తొంగిచూసే నా కిటికీ దగ్గర నిలబడి కిటికీలో వెండిప్లేటు పెడుతూ చాక్లెట్ ఇవ్వవా అని అడిగే చిన్న పిల్లాడిలా ఈవేళ తాయిలం ఉందా అని అమాయకంగా అడిగే అతన్ని చూసి నాకు పట్టరాని నవ్వూ, ఆనందం ముప్పిరిగొని నేనే అతనికి మిఠాయి ఉండనయ్యేదాన్ని.

అతని కోరికని నేను తిరస్కరించిన సందర్భాలేవీ లేవు. లోకంలో నాకన్నా అదృష్టవంతురాలు ఎవర్తె ఉంటుంది చెప్పు"

సాహితి నిర్ఘాంతపోయింది.

"ఇప్పటిదాకా నువ్వు చదువు సంధ్యలూ, తెలివితేటలూ పెద్దగా లేని సాధారణ పల్లెటూరి స్త్రీవి మాత్రమే అనుకునేదాన్ని. బాగా చదువుకున్న మా తరం ఆడపిల్లలకి అందనంత ఎత్తులో వున్నావ్! ఇదెలా సాధ్యం ఆంటీ!" అంది.

ప్రభావతి నవ్వింది "జీవితాన్ని సవ్యంగా అర్థం చేసుకోవడానికి ఏ డిగ్రీలూ అవసరం లేదు సాహితీ. ఆనందంగా జీవించడం ఓ గొప్ప కళ, జీవిత పరమార్థమూనూ. బతుకుతెరువుకోసం చదివే మీ డిగ్రీలు ఈ కళని నేర్పలేవు. అందుకే మీ బతుకులు నిస్సారంగా వుంటాయ్. సవ్యంగా ఆలోచిస్తే జీవితం ఓ అపురూపమైన తాయిలం.

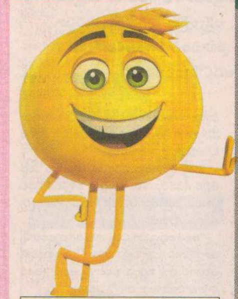
గొప్ప శృంగారానుభవం ఆ తాయిలం మీద అద్దిన జీడిపప్పు. సరే, ఇప్పుడైనా పెళ్ళిమీద సదభిప్రాయం ఏర్పడిందా సాహితీ? నీకూ ఓ తాయిలాన్ని చూడమంటావా?"

"అంత అదృష్టమా! నువ్వు నాకు తగ్గ తాయిలాన్ని చూడాలేగాని నువ్వుపెట్టిన షరతులేవీ పెట్టకుండానే తలవంచి తాళి కట్టించుకుంటాను ఆంటీ!" అంది సాహితి హుషారుగా హాల్లోకి నడుస్తూ.

మంచి సంబంధం క్యాన్సిల్ అయినందుకు విచారంగా వున్న సాహితి కుటుంబ సభ్యులు సాహితి ఎందుకు హుషారుగా, ఆనందంగా ఉందో అర్థంకాక వెర్రిచూపులు చూస్తున్నారు.

> **గమ్యం తెలియక, నియంత్రణ లేని మనస్సు మనల్ని పతనమొందిస్తుంది. అధోగతిపాలు చేస్తుంది. నిగ్రహంతో, లక్ష్యంవైపు సాగిపోయే మనస్సు విముక్తిని ప్రసాదించి విజయశిఖరాలను అధిరోహింపజేస్తుంది.**

WhatsApp



శ్రీరామనామాన్ని జపిస్తే - జయం
శివశివ అని స్మరిస్తే - సకలమూ దరిచేరుతాయి
కృష్ణకృష్ణ అని స్మరిస్తే - కష్టాలు తొలుగుతాయి
గోవిందా అని స్మరిస్తే - సకల పాపాల నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది
నరసింహా అని స్మరిస్తే - శత్రువులపై విజయం సాధిస్తారు
జగన్మాతా అని స్మరిస్తే - సకల అరిష్టాల నుంచి విముక్తి కలుగుతుంది
జగజ్జననీ అని స్మరిస్తే - సర్వభయాలు తీరి ప్రశాంతతా వస్తుంది
సర్వేశ్వరా అని స్మరిస్తే - తక్షణకార్యసిద్ధి, విజయం లభిస్తుంది
శ్రీలక్ష్మీ విష్ణువులను స్మరిస్తే- గృహంలో సకల సంపదలు కలుగుతాయి
కేశవా అని స్మరిస్తే - అనేక నేత్రవ్యాధులు మటుమాయమవుతాయి
నారాయణా అని స్మరిస్తే - సకల సర్వగ్రహాల దోషాలు సమసిపోతాయి
అచ్యుతా అని స్మరిస్తే - తీసుకున్న ఆహారమే ఔషధంగా పనిచేస్తుంది
మాధవా అని స్మరిస్తే - అనుకున్న పనులు నెరవేరుతాయి
దామోదరుడి నామాన్ని జపిస్తే - సకల బంధాల నుండి విముక్తి కలుగుతుంది

ఆరోగ్యానికి మేలు ఆకుకూరలు.

పొన్నగంటి కూర : కంటిచూపును మెరుగుపరచి శరీరానికి చలువనిస్తుంది.

చింతచిగురు : రక్తాన్ని శుద్ధిచేసి కాలేయానికి పుష్టినిస్తుంది.

చామకూర : కిడ్నీ, మూలవ్యాధులను అరికడుతుంది.

ముల్లంగి: సర్వరోగనివారిణిగా పనిచేస్తుంది.

పుదీనా: గ్యాస్‌సమస్యలను నివారిస్తుంది.

పాలకూర : కంటిసమస్యలు పోతాయి

తోటకూర : రక్తం పెరుగుదలకు ఉపయోగపడుతుంది.

మెంతికూర : మూత్రాశయంలోని రాళ్ళు కరిగిపోతాయి.

☺ భార్య : ఏవండి? చిక్కుడుకాయలు రెండు కేజీలు కొననా?
భర్త : సరే, నీ ఇష్టం.
భార్య : మీ అనుమతికోసం అడగట్లేదు, అన్ని చిక్కుడుకాయలు ఒలవగలరా? లేదా అని అడిగాను అంతే.

☺ వెంగళప్ప: ఆ అమ్మాయికి చెముడనుకుంటా!
ఫ్రెండ్ : నీకెలా తెలుసు?
వెంగళప్ప : ఐ లవ్ యు అని చెబితే నా చెప్పులు కొత్తవి అంటోంది రా.

☺ భర్త : ఏమిటీ ఈ రోజు సాంబారులో రెండు రూపాయల నాణాలు వచ్చాయేమిటీ?
భార్య: మీరేగదండి! వారంరోజుల్నుండి వంటలో ఛేంజ్ కావాలి ఛేంజ్‌కావాలంటున్నారు.

☺ టీచర్ : అరటిపండు గురించి రెండు వాక్యాలలో రాయండి.
స్టూడెంట్ : ఒకటి తింటే బలపడతాం, రెండు తొక్కితే జారిపడతాం.

☺ అమృతం తాగినవాడిని 'దేవుడు' అంటారు. విషంతాగినవాడిని 'మహాదేవుడు' అంటారు. విషంతాగికూడా, అమృతంతాగినట్లు ఆనందం నటించేవాడిని 'పతిదేవుడు' అంటారు.

Few people think more than two or three times a year; I have made an international reputation for myself by thinking once or twice a week.
- George Bernard Shaw

పెళ్ళైన మగాళ్ళకు రెండు సలహాలు
"మీ ఆవిడ సెలక్షన్లను చూసి నవ్వద్దు వాటిలో మీరు కూడా ఒకటి"
"మీ సెలక్షన్లు చూసుకుని గర్వపడకండి అందులో మీ ఆవిడకూడా ఒకటి"

ఏ నిర్ణయాలైనా తీసుకునే స్వేచ్ఛ మీకుంది కానీ, ఆ నిర్ణయాలవల్ల వచ్చే ఫలితాలనుంచి తప్పించుకునే స్వేచ్ఛ లేదు.

పదహారేళ్ళ వయస్సులో కోతికూడా అందంగా ఉంటుంది.

గతం ఒక గుణపాఠం, జీవితఖైదు కాదు. అందులో బందీ కాకండి.

అలసిపోకుండానే విశ్రాంతి తీసుకునే కళను బద్ధకం అంటారు.

నిన్నటిని ఓ తీపిజ్ఞాపకంగా చేసుకుని, నేడు అనే నావలో పయనిస్తూ రేపటి వెలుగుకోసం ఎదురు చూడడమే జీవితం.

నేను అనే భావనతో ఉండేవారు అందరూ ఉన్నా ఒంటరివారే. మనం అనే భావించేవారికి ప్రపంచమంతా ఓ కుటుంబమే.

వాట్సప్‌ద్వారా డబ్బుసంపాదించానుకుంటున్నారా? అది ఎంతో తేలిక. వాట్సాప్ "UnInstall" చేసి మీ పని మీరు చేసుకోండి.

ఒకచోట కుదురుగా ఉండరు కాబట్టి నదులకు ఆడవాళ్ళ పేరు, కూర్చున్నచోటనుంచి కదలరు కాబట్టి పర్వతాలకు మగవాళ్ళ పేరు పెట్టారుట.

వీడ్కోలు చెప్పే ధైర్యం మీకుంటే "కొత్త పలకరింపు"ను జీవితం మీకు బహుమతిగా ఇస్తుంది.



సత్యాన్వేషణ

శ్రీ మల్లికార్జునస్వామి స్తుతి

శ్రీశైల సంగే విబుధాతి సంగే,
తులాద్రితుంగే ఒ తిముదా వసంతమ్।
త మర్జునం మల్లికపూర్వ మేకం,
నమామి సంసార సముద్రసేతుమ్॥

కైలాసపర్వతముతో సమానమైన యౌన్నత్యము గలిగి, సర్వదా దేవబృంద సంసేవ్యమానమైన శ్రీశైల శిఖరమందు మహాదేవుడు మల్లికార్జున స్వరూపముతో వేంచేసియున్నాడు. చిదానందమయుడును, సకల లోకానీకములకు ఏకైక ప్రభువును, సంసార సముద్రమును దాటించుటకు సేతువు వంటివాడునైన ఆ సదాశివుని పదాంబుజములకు భక్తితో నమస్కరించుచున్నాను. ❐

బేల శంకరుడు

లోకంలో 'బోళాశంకరు'డనేమాట తరుచుగా విన్పిస్తూ ఉంటుంది. దాని అసలు పేరు 'బేల శంకరు'డని.

బేల అంటే అమాయకత్వం కల వాడని అర్థం. అందుకే పాలసముద్రం చిలికేవేళ విషంరాగాదేవతలంతా పారిపోతూంటే, తాను కూడా పారిపోవడం కాకుండా ఆగి,అలా ఆగడమే కాకుండా ఆ విషాన్ని -పైగా మండుతూ ఉన్న విషాన్ని అలా అందరూ చూస్తుండగా తాగేసినవాడు శంకరుడు.

అందరు దేవతలూ కలిసి ఒక ఉపాయాన్ని ఆలోచిద్దామని గాని, నేనొక్కడినే ఈ మొత్తం విషాన్ని ఎందుకు తాగాలనే ఆలోచనగాని లేకుండా పూర్తి విషాన్ని తాగి 14 లోకాలనీ రక్షించిన వాడు శం-కరుడు(మేలు కల్గించేవాడు) నిజమైన ధర్మమూర్తి శంకరుడు. ❐

ఒకరికొకరుగా

వాగర్థావివ సంపృక్తౌ వాగర్థ ప్రతిపత్తయే। జగతః పితరౌ వందే
పార్వతీ పరమేశ్వరౌ॥

మనం ఓ మాటని మాట్లాడుతాం. దానికి ఓ అర్థం ఉంటుంది. ఓ అర్థం అవతలివానికి తట్టేలా చెప్పాలని మనం అనుకుంటే ఆ అర్థం వచ్చే మాటని మనసులో ఊహించుకుంటాం.

అంటే-మాటా, అర్థం అనే రెండూ ఒంటరిగా ఉండ(లే)వు. ఒకదాన్ని ఆధారం చేసుకుని మరోటి ఉంటుంది. అర్థంలేని మాట ఉండదు.

మాటకి అర్థం లేకుండా ఉండదు. సరిగ్గా అలాగే పార్వతి లేని శంకరుడు ఉండడు. శంకరుడు లేని పార్వతినీ చూడలేం. ఇలా అ-వినా-భావ సంబంధంతో ఉంటారీ ఇద్దరూ.

అలాటి తల్లిదండ్రులకి నమస్కరిస్తున్నానన్నాడు కాళిదాసమహాకవి. అంటే తల్లిదండ్రులు అలా ఒకరికొకరుగా ఉండాలని భావమన్నమాట. ❐

అభిషేకప్రియుడు

శ్రీహరి అలంకారాలంటే మోజున్నవాడు కాగా, శంకరుడు అభిషేకాలని ఇష్టపడతాడు. అభిషేకమంటే కేవలం నీటితో స్నానాన్ని చేయించడం అని దాని అర్థం కాదు.

ఏ పదార్థానికైనా నీటిని కలిపితే దానిలోని శక్తి బయటికొస్తుంది. బెల్లపు గడ్డకి నీటిని కలిపితే, ఖర్జూరాన్ని నీటితో తడిపితే... ఇలా ఏ పదార్థానికైనా నీటిని చేర్చితే దానిలో పదార్థగుణం మనకి తెలిసిపోతుంది. అలా పదార్థ విజ్ఞానాన్ని మనకి అందించగలిగిన వాడు శివుడని దీనర్థం.

ఇలా ఏ పదార్థపు లక్షణమేదో తెలియజేసేవాడు శివుడౌతుంటే,అలాటి పదార్థాల గొప్పదనాన్ని తెలియజేస్తూ వాటినన్నింటినీ ఆభరణాలుగానూ, నైవేద్యాలుగానూ స్వీకరించి అలంకరించుకునేవాడూ, తన పూజల్ని జరిపించుకుంటూ ఉండేవాడూ శ్రీహరి. ❐

పశుపతి

శంకరునికున్న పేర్లన్నింటికీ లోఅర్థాలున్నాయి. స్థాణువు అనేది ఒక పేరు. స్థాణువు అంటే అటూ ఇటూ కదలకుండానూ దృఢంగానూ ఎంతో బరువుని మోస్తూనూ నిలబడిన ఓ స్తంభం అని అర్థం.

ఇదేమిటి?అనుకుంటాం.పధ్నాలుగు లోకాలూ ఉన్నాయి ఆ అన్నింటినీ ఒరిగిపోకుండా, వాటి స్థానాలు అవి తప్పిపోకుండా ఉండేవిధంగా అన్నిటికీ మధ్యగా నిలువుగా ఉంటూ వాటిని గట్టిగా నిలబెడుతూ ఉండే స్తంభంలాటి వాడన్నమాట శంకరుడు.

పశుపతి అనేది మరో పేరు. పాశం (తాడు)కి లొంగి కదలకుండా ఉండేది పశువు. లోకంలో ఉండే 84 లక్షల జీవ రాసులూ ఏదో ఒక పాశానికి (మనుష్యులైతే ఆశ అనే పాశానికీ, పక్షులైతే కామ పాశానికీ, పశువులైతే సంతానమనే పాశానికీ...) కట్టుబడే ఉంటారు.

అదుగో అలాటి పాశానికి లోబడే లక్షణము ఉన్న పశువులకి అధికారి ఆయన. ఆయన అనుమతి లేనిదే ఏ పశువుకీ (ప్రాణికీ) జీవితం నడవదు. అందుకే-శివునాజ్ఞలేనిదే చీమైనా కుట్టదనే సామెత పుట్టింది. ❐

కోరికలని తీర్చేవాడు

వర్షాలు పడక ఇబ్బందిపడుతూ ఉంటే శంకరునికి సహస్రఘట (నీటి కుండలు లేదా బిందెలు) జలాభిషేకాన్ని గాని చే(యి)స్తే తప్పక వర్షం ఎక్కువ పరిమాణంలో కురియడం మనం అనుభవపూర్వకంగా అనేక ప్రదేశాల్లో చూస్తాం.

ఏ చదువూ శాస్త్రజ్ఞానమూ లేకున్నా నిత్యం శివనామాలని జపిస్తే ఐశ్వర్యవంతుడవుతాడు ఎవరైనా. కారణం ఆ శివనామం విభూతి (ఐశ్వర్యం)కాబట్టీ- బూడిద కానేకాదు కాబట్టీ.

{ నీ సంబంధాలు భగవంతునితో వుంటే నీ విజయాలు అనేక రెట్లవుతాయి. }



Courtesy : BH&G

ప్రయోజనం : క్వాడ్రిసెప్ (తొడలలోని) కండరాలకు టోనింగ్ లభిస్తుంది.

సీటెడ్ మార్చింగ్

కుర్చీలో స్ట్రెయిట్‌గా కూర్చుని మోకాళ్ళను ఒకటిమార్చి ఒకటిలేపుతూ మార్చ్ చేయాలి. ఇలా ఒక నిమిషం చేయాలి.తర్వాత చిన్నచిన్న బ్రేక్స్ తీసుకుంటూ వ్యవధి పెంచుకోవాలి.

ప్రయోజనం : పిరుదుల ఫ్లెక్సార్ స్ట్రెచ్ సరిగ్గా ఉండి, ఫ్లెక్సిబిలిటీని పెంచుతోంది. జిమ్‌లో మృదువైన కార్డియో సెషన్‌తో సమానమైనది.

సెట్టింగ్ సైడ్ బెండ్

కూర్చునిముంజేతులను పైకి స్ట్రెచ్ చేయాలి.వేళ్ళనులాక్‌చేయాలి. ఇప్పుడు ఓ వైపుకు వంగి, ముప్పై సెకన్లు హోల్డ్ చేయాలి.రెండోవైపునకుమార్చాలి.ఎన్ని సార్లు వీలైతే అన్నిసార్లు చేయాలి.

ప్రయోజనం : సహజ పొజిషన్‌లో స్పైన్ వంగేవిధంగా అంతర్గతపాత్ర వహిస్తుంది. కంప్రెషన్‌ను రివర్స్ చెయ్యగలదు.కొన్ని సిట్టింగ్‌వర్క్అవుట్లను మరి కొన్ని స్టాండింగ్ వర్క్అవుట్లతో కలగలపాలి.ఫిట్‌నెస్‌అనేది జీవితానికిముఖ్యం. జిమ్‌కు వెళ్ళో, రన్నింగ్‌చేసో మాత్రమే దాన్నిసాధించాలనుకోకూడదు. ఆఫీసులోనూ ఫిట్‌నెస్ కార్యకలాపాలు జొప్పించుకోవచ్చు.

కదిలి చూడండి

సుదీర్ఘ పనిగంటలు, ట్రాఫిక్ వల్ల జరిగే జాప్యాలు, ఇతరత్రా పనులనడుమ రోజువారీ వ్యాయామాలు, వర్క్అవుట్లు కుదరకపోవచ్చు.

కదలకుండా కూర్చుని గంటలకొద్దీ పనిచేస్తుంటే గుండె జబ్బులు, డయాబెటిస్, రక్తపోటు, అదనపు బరువు వంటి జీవనశైలికి సంబంధిత రుగ్మతలు వచ్చే అవకాశాలుంటాయి.

ప్రతిరోజూ ఏవోక వ్యాయామాలు చేసేవారిలో చక్కని సృజనాత్మకత, చురుకైన, నిర్మాణాత్మక ఆలోచనా విధానం, కదలకుండా కూర్చునేవారితో పోల్చితే ఎక్కువగాఉంటాయనిప్రముఖ స్విస్ సైంటిఫిక్ జర్నల్ అధ్యయనాల్లో పేర్కొన్నారు.

అస్సలు కదలకుండా కూర్చునేకంటే ఒకేఒక్క పదినిమిషాలు అత్యధికఇంటెన్సిటి వర్క్అవుట్ చేస్తే చాలంటున్నారు నిపుణులు. సింపుల్‌గా కూర్చునే చేయగలవ్యాయామాలను ఫిట్‌నెస్‌నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.అయితే ఈ వర్క్అవుట్లు చేస్తున్నప్పుడు ప్రతి ఐదునిమిషాలకు అరనిముషం బ్రేక్ తీసుకోవాలి.

ఐసోటోనిక్ స్క్వాట్స్

కుర్చీ అంచున కూర్చుని, ఎక్కువ బరువును పాదాలపై ఉంచాలి. ఈ పోజును 30 సెకన్లు హోల్డ్ చేయాలి తర్వాతనెమ్మదిగా ఈ వ్యవధినిమూడు నిమిషాలకు పెంచుకోవాలి.

ప్రయోజనం : కాలి కండరాల టోనింగ్‌కు, స్ట్రెంగ్త్‌కు సహకరిస్తాయి.

స్పైన్ ఎక్సర్‌సైజులు

కాళ్ళను నేలకు బలంగాఅదిమిపట్టి, ముందువైపునకు చూస్తూ కుర్చీలో కూర్చోవాలి. భుజంపైకి దృష్టిసారిస్తూ శరీరం పైభాగాన్ని ట్విస్ట్ చేయాలి.

స్ట్రెచ్‌చేస్తూ, ఎంతగా గాలి వదలగలిగితే అంతలా వదలాలి. రెండోవైపు కూడా రిపీట్‌చేయాలి. అలా ఎన్నిసార్లు చేయగలిగితే అన్నిసార్లూ చేయాలి.

ప్రయోజనం: వెన్నెముకలోని జాయింట్ల కదలికకి సహకరిస్తుంది. చక్కని రక్త ప్రసరణకు దోహదపడ్తుంది. ఎక్కువసేపు కూర్చోవడంవల్లడిస్క్‌లు కంప్రెస్ అవుతాయికాబట్టి సరైనపోశ్చర్‌మెయిన్‌టెయిన్ చేయడానికి ఉపకరిస్తుంది.

సీటెడ్ సింగిల్ లెగ్‌రైసెస్

కుర్చీమధ్యలోకూర్చుని ఒక కాలిని పైకి ఎత్తాలి. ఓ నిమిషం హోల్డ్‌చేసే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. రెండోకాలు రిపీట్ చేయాలి. నెమ్మదిగా రెండు కాళ్ళులేపే వ్యవధిని పెంచుకోవాలి.

అలసటగా అనిపించినప్పుడు నెమ్మదిగా కిందక్కుదించాలి. అయితే మంచి ఫలితాలుకావాలంటే పాదాలను భూమిపైకి ఆనివ్వకూడదు.

స్టాండింగ్ కాఫ్

తిన్నగా నిలబడి రెండు మడమలను ఎత్తాలి.అంటే శరీరబరువు వేళ్ళపై బ్యాలెన్స్ అవుతుంది.

కొద్దిసేపు హోల్డ్‌చేసి తర్వాతరిలాక్స్ అవ్వాలి. సపోర్ట్ లేకుండా ఇలా ఇరవై సార్లు చేయాలి.

వాటర్ బాటిల్ లాంటిది ఏదైనా కొద్దిగా బరువున్న వస్తువు పట్టుకోవడం ద్వారా ఇంటెన్సిటీ పెంచుకోవచ్చు.

ప్రయోజనం : పిక్కలపై పనిచేస్తుంది. కాళ్ళకు టోనింగ్ ఇస్తుంది.

ఎయిర్ పంచెస్

బాక్సింగ్ చేస్తున్నట్లు నిలబడి, రెండు ముంజేతులను ముఖందాకా ఎత్తాలి. ఒక కాలిని ముందుకు చాపి, రెండోదాన్ని లంజీపొజిషన్‌లో వుంచాలి. కింది శరీరాన్ని స్థిరంగా ఉంచి, గాలిలోకి పంచింగ్ చేయడాన్ని ఆరంభిం

చాలి. శరీరంలోని పూర్తి ఎడమ, కుడి భాగాలు ఉపయోగించాలి.

ముంజేతులు కదపాలి తప్ప భుజాలు లేదా ట్రైసెప్స్ కదపకూడదు. పంచ్ చేసినట్లుగా శరీరంకదలాలి. పంచింగ్ చేస్తున్నప్పుడు టార్గెట్ చేయడం వల్ల మరింత ప్రభావం ఉంటుంది.

కాబట్టి పొడవాటి ఫ్లోర్ ల్యాంప్ కాని, కప్‌బోర్డ్‌కాని లక్ష్యం చేసుకుని, గాలిలో పంచ్ చేయాలి తప్ప వాటిని కాదు. శీఘ్రంగా ముప్పై సెకన్లపాటు పంచింగ్ కొనసాగించాలి.

ప్రయోజనం : ఛాతీ, భుజాలు, ట్రైసె


Courtesy : Sananda

ప్స్‌కు చాలినంత ఎక్సర్‌సైజ్ లభిస్తుంది. శరీరం పక్కల టోనింగ్ లభిస్తుంది.

స్ట్రెచింగ్

ముంజేతులను సీలింగ్‌వైపునకు ఎత్తి, భుజాలనుంచి పుషింగ్ చేయాలి. వెనుకవైపు కొంచెంవంగివుండాలి. నడుమును సాగదీస్తూ, ముందుకు వంగాలి. నెమ్మదిగావంగుతూ, మోకాలుతిన్నగా ఉంచుతూ పాదాలు టచ్‌చేయాలి. టేబుల్‌పైకి కాలుపెట్టి, ముందుకు వంగుతూ కాలివేళ్ళు తాకాలి.

ఇలారెండుకాళ్ళనూ రిపీట్‌చేయాలి. తర్వాతఅరచేతినిపూర్తిగా తెరిచి, ముంజేతిని పైకి ఎత్తాలి. రెండో అరచేతిని అరచేతిపై ఉంచాలి. మోచేయి తిన్నగా ఉంచి, కిందికి పుష్ చేయాలి. దీనివల్ల బైసెప్స్ స్ట్రెచ్ అవుతాయి. రెండు ముంజేతులూ రిపీట్ చేయాలి.

ప్రయోజనం : కండరాలను సడలించడంవల్ల ఫ్లెక్సిబిలిటీ పెరుగుతుంది. ఒత్తిడి నివారిణిగా పనిచేస్తుంది.

సరైన ఆహారం

డెస్క్ ఎక్సర్‌సైజులను నిస్సంశయంగాప్రయోజనాలుంటే, ఆహారవిధానాల ద్వారా వాటిని మరింత ప్రభావవంతం చేసుకోవాలి. ప్రతి రెండు గంటలకు ఒకసారి ఆరోగ్యవంతమైన స్నాక్స్ తింటుండాలి.

మజ్జిగ, పండ్లు, సోయా నట్స్ లేదా వేరుశనగపప్పు, ఒకటి, రెండు ఖర్జూరాలులేదా ఆప్రికట్స్,మూడు,నాలుగు బాదంపప్పులు లేదా అరకప్పు వీట్ జొవర్ పఫ్‌లు వంటివి తింటుండాలి.

ఓ రెండు మంచినీళ్ళ సీసాలు డెస్క్ పక్కన ఉండితీరాలి.

పనికి వచ్చి పూర్తయ్యేలోగా రెండు లీటర్ల నీరు తాగాలి. భోజనం తర్వాత పదినిమిషాలు నడవాలి. లేదా మెట్లెక్కి దిగాలి. డెస్క్ ముందు కూర్చుని తినడానికి అలవాటుపడవద్దు.

టి.అనుపమ

సీరియల్

మనిషిలో మనిషి

“రేపు మనకి పెళ్ళి అయిందంటే మనం భార్యాభర్తలమే గదా. అవునా కాదా చెప్పు” అంది గడుసుగా సంజనా.

“ఇందులో వింతేముంది? భార్యాభర్తలమే” అన్నాడు కార్తికేయ.

“కదా... పెళ్ళయ్యాక అమ్మాయి తన భర్తని ఏమని పిలవాలి?”

“నువ్వే చెప్పు” అన్నాడు కార్తికేయ.

“పల్లెటూరి అమ్మాయయితే భర్తని 'ఇదిగో, నిన్నే' అంటుంది. కాస్త చదువు కుంటే 'ఇదిగో, మిమ్మల్నే' అంటుంది లేదా 'ఏమండోయ్' అంటుంది.

ఇంకొందరున్నారు భర్తను 'బావా' అనీ, 'మావా' అనీ ముద్దుగా వరసకలిపి పిలుచుకుంటారు. నాకు బావా అని పిలవటం నచ్చింది. అందుకే ఇప్పట్నుంచే ప్రాక్టీస్ చేస్తున్నాను'' అంది సంజనా.

“ఊహు... నమ్మేట్టులేదు” అన్నాడు కార్తికేయ.

“నమ్మలేవా... నచ్చలేదా?” అంది సంజనా.

“నమ్మేలా లేదంటాను. అకారణంగా నువ్వు ఏ నిర్ణయం తీసుకోవు చెప్పు... ఉన్నట్టుండి నన్ను బావా అని పిలుస్తున్నావ్ ఏమైంది?”



E-mail: Suryadevaranovelist@gmail.com

“చెప్పాగా.... అంతకన్నా ఏముంటుంది? రేపుమాత్రం నువ్వు నాతో ప్యాలెస్‌కు వస్తున్నావ్. మాట్లాడాలట డాడీ తీసుకురమ్మన్నారు''

“అంతేనా. ఇంకేమీ లేదా?”

“ఉంది. అణువణువునా నీమీద ప్రేమ ఉంది”

“అవునా. అయితే చూపించు ఎంతప్రేమ ఉందో చూపించు” అన్నాడు కార్తికేయ.

అతడి కొంటె ప్రశ్నకు దీటుగా తనూ సమాధాన మిచ్చింది సంజనా “చూపించాలనే వచ్చాగా బావా. బెట్టు దేనికి” అని అంటూ తిరిగి అతడ్ని అల్లుకు పోయింది సంజనా. అంతే - ఆ తర్వాత రాత్రి ఎలా గడిచిందో ఇద్దరికీ గుర్తులేదు.

“రా కార్తీ... కూచో...” అని పిలిచారు రాజా విష్ణుచంద్ర గజపతి మహదేవ్. సరిగ్గా ఉదయం పదకొండుగంటల ప్రాంతంలో ప్యాలెస్‌కు చేరుకున్నాడు కార్తికేయ.

సూర్యదేవర రామ్మోహనరావు



13

జరిగిన కథ

ఆస్ట్రేలియాలో డాక్టర్‌గా ఉన్న నా కొడుకుని అల్లుడిగా చేసుకోక, అనాథకు మీ కుమార్తెను ఇచ్చి పెళ్ళిచేస్తారా అంటూ నిష్టూరమాడతాడు సూర్యప్రకాశవర్మ. అందుకు రియాక్టవుతుంది సంజనా.కార్తికేయ అనాథకాదని తన మేనల్లు డని రహస్యం చెబుతారు రాజావారు.

తను ప్రేమించిన కార్తికేయ తన బావ అని తెలిసి ఆశ్చర్యపోతుంది సంజనా. తన సోదరి ఉమామహేశ్వరీ చంద్రబాల తమ సంస్థానంలో పనిచేసే సోమశేఖరనాయుడ్ని ప్రేమించిందని, తమ తండ్రి చండశాసనుడు గనుక రహస్యంగా సోమశేఖరనాయుడుతో పారిపోయిందనీ చెబుతారు రాజావారు. ఆ తర్వాత మూడు సంవత్సరాలకు వారి ఆచూకీ తెలిసి తను రహస్యంగా కలిసినట్లు చెబుతారు రాజావారు.

ఆ తరువాత తన తండ్రి పంపిన రౌడీలు సోమశేఖరనాయుడ్ని చంపారని, అదిచూసి తన చెల్లెలు ఆత్మహత్య చేసుకుందని, తన తండ్రి చిన్నపిల్లవాడిగా ఉన్న కార్తికేయను వదలడని, అందుకే ఓ అనాథ శరణాలయంలో చేర్చి కాపాడానని చెబుతారు రాజావారు.

కార్లో వెళుతున్న సంజనాను ఓ వ్యక్తి బైక్‌మీద ఫాలో అవడం చూస్తాడు కార్తికేయ. పిస్టల్‌తో ఆ బైక్ టైర్‌ని షూట్ చేస్తాడు. బైక్ మీద ఉన్న వ్యక్తి పడిపోతాడు. సంజనా తనని భావా అని సంబోధించడం ఆశ్చర్యమేస్తుంది కార్తికేయకు. తర్వాత జరిగేది చదవండి.



రాజావారు పర్సనల్ రాజమందిరంలో ఉన్నారని తెలిసి అక్కడికి వచ్చారు. అదే సౌండ్‌ప్రూఫ్ ఎ.సి. మందిరం. ఏవో కాగితాలు పరిశీలిస్తున్న రాజావారు వాటిని పక్కనపెట్టి ఇద్దర్నీ పిలిచారు.టేబుల్‌ను చుట్టి ఉన్న చైర్స్‌లో సంజనా కార్తికేయులు కూచున్నారు.

"కార్తీ! త్వరలోనే మా కుమార్తె మేఘనా సౌందర్యానంద సహానాదేవికి - అంత పొడవు పేరు పిలవలేవు కాబట్టి నువ్వు ప్రేమించిన సంజనాకు" నీకు వివాహం జరిపించాలనుకుంటున్నాం.

ఇది నీకు పూర్తి సమ్మతమే గదా? నీ అభ్యంతరాలేమన్నా ఉంటే చెప్పు. ఎందుకంటే నీకు తెలీకుండా ఏదీ చేయాలని నేను అనుకోవటం లేదు. చెప్పు..." అని రిలాక్స్‌గా రివాల్వింగ్ సీట్ వెనక్కి జేరబడి సూటిగా కార్తికేయను అడిగారాయన.

కార్తికేయ సంజనా ముఖంలోకి చూశాడు.

సిగ్గుతో ముసిముసిగా నవ్వుతూ - ముఖం దించుకుంది సంజనా.

"సార్! ఏదో అడగాలని అడుగుతున్నారు గాని ఇందులో నా అభ్యంతరాలు ఏముంటాయి. నేను ఏంచేసినా మీ రుణం తీర్చుకోలేనిది. మీ మాట నాకు శిరోధార్యం. సంజనా ఒక కోహినూరు వజ్రం. ఈ వజ్రాన్ని నా చేతిలో ఉంచుతానంటే వద్దంటానా. సంజూ నా ప్రాణం. మీకు తెలుసు" అన్నాడు.

"నాకు తెలుసు కార్తీ. కూచోండి. మన రాజగురువు మున్నలూరు కృష్ణశాస్త్రిగారు వస్తున్నారు. ముహూర్తాలు నిర్ణయించమని చెప్పాను. కాసేపట్లో తెలిసిపోతుంది. లగ్నపత్రిక వ్రాయించాలి" అన్నారు దరహాసంతో రాజావారు.

ఇంతలో రానే వచ్చారు కృష్ణశాస్త్రిగారు. ఆయన లోనకు రాగానే ఆటోమేటిక్ డోర్ మూసుకుంది. ముగ్గుర్నీ పలకరిస్తూ వచ్చి ఒక చైర్‌లో కూర్చున్నాడు. తను తయారుచేసుకొచ్చిన కాగితాలు, పెన్ను ఎదురుగా ఉంచుకుని రాజాగారివంక చూశాడు.

"చెప్పండి గురువర్యా. ముహూర్తం ఎప్పటికి కుదిరింది" ఉత్సాహంగా అడిగారు రాజావారు.

"రాజన్యా, మీరు చెప్పినట్టే పంచాంగాలు తిరగేసి ఒక దివ్యమైన ముహూర్తాన్ని పట్టుకున్నాను. తిరుగులేని ముహూర్తం. వధూవరులిద్దరి జన్మనక్షత్రాలు పేరుబలాల్ని బట్టి అన్నీ చక్కగా కుదిరిన బలమైన ముహూర్తం. వచ్చేనెల ఇరవైఏడో తారీకు నేటికి సరిగ్గా నెలా ఇరవై ఏడురోజుల వ్యవధి ఉంది.

ఆ రోజు దశమీ శక్రవారం అనగా తెల్లవారితే శుక్రవారమనగా - బ్రహ్మముహూర్తాన సరిగ్గా నాలుగు గంటల అయిదునిమిషాలకు రేవతీ నక్షత్ర మీనలగ్నమందు వివాహం జరిపించుట సర్వశుభం.

శ్రేయోదాయకం. మీరు ఈ ముహూర్తాన్ని ఓకే చేస్తే లగ్నపత్రిక వ్రాసిస్తాను" అంటూ వివాహముహూర్తాన్ని వివరించాడు కృష్ణశాస్త్రి.

"నాకు ఓకే గురువర్యా. మీకూ ఓకేగదా?" అంటూ సంజనా, కార్తికేయుల అభిప్రాయం అడిగారు రాజావారు. ఓకే అన్నట్టు తలూపారిద్దరూ.

ఎంతో అభ్యాసం

పెద్దగా ఆలోచించి, అర్థంచేసుకుని పాత్రల్ని ఎంచుకోకపోయినా, అవన్నీ తనకెంతో గుర్తింపు తెచ్చాయని సీరత్‌కపూర్ సంతోషంగాచెప్తోంది. 'టచ్‌చేసి చూడు' అంటున్న సీరత్ ఈ చిత్రం తన కెరీర్‌కు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుందని చెప్పింది. "ఈ నాలుగేళ్ళ కెరీర్ ప్రయాణంలో చాలా నేర్చుకున్నాను.ప్రతి సినిమాలోనూ మెరుగుదల కనపడుతున్నది. ప్రతిరోజునూ ఛాలెంజ్‌గా స్వీకరించి పనిచేస్తున్నా. కొత్తగా కనిపించాలన్న, ప్రేక్షకులకు కొత్తదనాన్ని చూపించాలన్న రవితేజ ధోరణి నాకెంతో నచ్చింది" అంటోంది.



"చక్కటి ముహూర్తం. పెళ్ళి పనులకు వ్యవధికూడా సరిపోతుంది. ఇంకేమీ ఆలోచించనక్కర్లేదు. లగ్న పత్రిక వ్రాయండి గురువర్యా. చక్కని డిజైన్‌లతో కూడిన ఖరీదైన శుభలేఖలు సెలెక్ట్ చేసి ప్రింటింగ్‌కు పంపించేద్దాం" అన్నారు రాజావారు.

"అలాగే ప్రభూ. ఇప్పుడే లగ్నపత్రిక రాసిస్తాను" అంటూ కాగితాలు దగ్గరకు లాక్కుని పెన్ను తీసుకున్నాడు మున్నలూరు కృష్ణశాస్త్రి. పొరబాటున పెన్ను చేయిజారి టేబుల్‌కిందకి పోయింది. కృష్ణశాస్త్రిగారు పెద్దాయన. వంగి పెన్ను తీసుకోలేడు.

"మీరాగండి గురువుగారూ. నేను తీసిస్తాను" అంటూ లేచి టేబుల్ కిందకు వంగాడు కార్తికేయ. పెన్ను అందుకుని లేవబోతుండగా యథాలాపంగా అతడి కంటబడిందో దృశ్యం.

టేబుల్ అడుగున ఒక మూలగా అంటించబడుంది అది. గోలీకాయంత సైజులో నల్లటి వస్తువు. అందులో చిన్ని బల్బు ఒకటి మిణుగురు పురుగులా వెలిగి ఆరిపోతోంది. అదేమిటో అర్థంకాగానే అదృశ్య హస్తం ఒకటి ముఖంమీద బలంగా గుద్దినట్టు ఉలిక్కిపడ్డాడు. అది మినీ ట్రాన్స్‌మీటర్.

ఆ రోజు అద్దం వెనక ఎవడో చెవి ఆన్చి వినటం గుర్తించినప్పుడే ఇలాంటి ఏర్పాట్లేవో జరిగివుండొచ్చని తను ఊహించివుండాల్సింది.

చైనా ఐటమ్స్ కుప్పలు తెప్పలుగా వచ్చిపడుతున్న ఈ రోజుల్లో ఇలాంటి రహస్య ఏర్పాట్లకు అవకాశం ఉందని తను అప్పుడూ ఊహించాల్సింది.తన తెలివి తక్కువకు తానే సిగ్గుపడాల్సివచ్చిందిప్పుడు. ఇది మూడో సంఘటన. శత్రువుల ఉనికి పక్కాగా బయటపడింది. ఇలాంటివి ఇంకా ఎక్కడెక్కడ అమర్చారో తెలీదు.

ప్రత్యర్థులు ఎవరోగాని ప్యాలెస్‌చుట్టూ సాలెగూడు అల్లుకొస్తున్నారు. వాళ్ళ టార్గెట్ ఎవరు? రాజావారా లేక జాతకం చెప్పినట్టు యువరాణి సంజనానా.

"కార్తీ! ఏం చేస్తున్నావ్?" అంటూ సంజనా పిలుపుతో ఆలోచనలనుంచి బయటపడ్డాడు కార్తికేయ. చప్పుడుగాకుండా హియరింగ్ బగ్‌ను పెరికి ఇవతలికి వచ్చి దాన్ని టేబుల్‌మీద ఉంచాడు. అదేమిటో అర్థంగాక ముఖాలు చూసుకున్నారంతా.

సంజనా ఏదో మాట్లాడబోతుంటే సైలెంట్‌గా ఉండమని సైగ చేశాడు.

"అరేయ్. నువ్వు ఎక్కడ వుండి మా మాటలు వింటున్నావోగాని ఖచ్చితంగా ఓ రోజు నా చేతిలో ఛస్తావ్‌రా రాస్కెల్..." అంటూ పేపర్ వెయిట్‌తో హియరింగ్ బగ్‌ను ఒకే దెబ్బ బలంగా కొట్టాడు. పగిలి పప్పయిపోయింది అది.

"కార్తీ! ఏమిటి అది?" అని విస్తుపోయి అడిగారు రాజావారు.

"సార్! ఇది వైర్‌లెస్ హియరింగ్ బగ్. ఇక్కడ ఎప్పుడు ఎవరమర్చారో గాని అదృష్టవశాత్తూ నా కంటబడింది. మన ప్రతి మాటా శత్రువులు వింటున్నారు. వాళ్ళకి ఏమి జరుగుతుందీ తెల్సిపోతోంది. ఇలాంటివి ఇంకా ఎక్కడెక్కడ ఏర్పాటుచేశారో వెతకాలి" అంటూ కదిలాడు.

కార్తికేయ మాటలు ముగ్గుర్నీ ఉలికిపడేలాచేశాయి. రాజావారి నుదుట స్వేదం అలుముకుంది ఎందుకంటే నిన్న ఇక్కడే చాలా ముఖ్యమయిన విషయాలు మాట్లాడుకున్నారు. కార్తికేయ జన్మరహస్యం కూడా అజ్ఞాత శత్రువుకు తెలిసిపోయింది.

ఇప్పుడెలా! ఒత్తిడిని అదుపుచేసుకుంటూ చివ్వున లేచారు రాజా విష్ణుచంద్రగజపతి మహదేవ్. మున్నలూరు కృష్ణశాస్త్రి, సంజనాల ముఖాల్లో కూడా కొట్టొచ్చినట్టు కనిపిస్తోంది ఆందోళన.

"కార్తీ! వెతకండి. ద్రోహులు ఎంతకు తెగించారు..?! వాళ్ళు ప్యాలెస్‌లో ఇలాంటివి ఎక్కడెక్కడ ఏర్పాట్లు చేశారో మొత్తం గాలించి పట్టుకోవాలి. ఇప్పుడే సెక్యూరిటీని పిలుస్తాను" అన్నారు ఆందోళనగా.

"వద్దు సార్... వద్దు సెక్యూరిటీ వద్దు..." అని అన్నాడు కార్తికేయ.

"కట్టుదిట్టమైన భద్రతవున్న ప్యాలెస్ మందిరాల్లోకి జొరబడి ఇలాంటి ఏర్పాటు చేయటం బయటివాళ్ళకి సాధ్యమయ్యే పనికాదు. పనివాళ్ళకు అంతధైర్యం ఉండదు. ఖచ్చితంగా సెక్యూరిటీలోనే కొందరు ద్రోహులు ఉన్నారు. వాళ్ళని పిలవకూడదు" అంటూ గాలింపుఆరంభించాడు కార్తికేయ. అతడికిసాయంగా సంజనా కూడా రంగంలోకి దిగింది.

అక్కడే సోఫాసెట్లమధ్య వున్న అందమైన టీపాయ్ అడుగున మరో హియరింగ్ బగ్ దొరికింది. దాన్ని కూడా ధ్వంసం చేశారు. రాజావారు ఇతరులను కలిసే ముఖ్యమయిన మందిరాల్లోనే వీటిని ఏర్పాటు చేసుంటారని ఊహించాడు కార్తికేయ.

ఇక అంగుళం అంగుళం గాలించటం ఆరంభించారు. అతడి అంచనా కరెక్టయింది. రాజావారి శయన మందిరంలో రెండు, వి.ఐ.పి.లను కలిసేచోట రెండు ఇలా మొత్తం పది హియరింగ్ బగ్‌లు దొరికాయి. మొత్తం ధ్వంసం చేశాక తిరిగి మొదటి మందిరంలో కొచ్చి కూర్చున్నారు. హియరింగ్ బగ్స్ బయటపడ్డంతో అందరిలోనూ టెన్షన్ పెరిగిపోయింది.

ఇప్పుడేంచేయాలి? ఇదే అందరిలోనూ కొత్తగా మొలకెత్తిన ప్రశ్న. ఇదిలా ఉండగా శత్రువు ఎవడు...?! వాడి వ్యూహం ఏమిటి ఏం చేయబోతున్నాడు? ఇది అసలు అంతుచిక్కని చిక్కుముడిగా ఉంది.

"మన ఆలోచనలు శత్రువులకు తెలిసిపోయాయి. మన వ్యూహం మార్చుకోవాలి సర్" మౌనాన్ని భగ్నం చేస్తూ హెచ్చరించాడు కార్తికేయ.

"నీ మనసులో ఏముందో చెప్పు కార్తీ" అడిగారు రాజా విష్ణుచంద్ర గజపతి మహదేవ్.

"పక్షంరోజుల్లో మన ప్రాజెక్ట్ కార్తికేయ ఎఫెక్ట్ విషయంగా పి.ఎమ్.ను కలవడానికి మనం ఢిల్లీ వెళ్ళాల్సి ఉంది. ఇక్కడ చూస్తే పరిస్థితులు విషమిస్తున్నాయి. శత్రుజాడలు అడుగడుగునా కన్పిస్తున్నాయి.

నా ఉద్దేశమైతే ప్రస్తుతానికి మా వివాహం వాయిదా వేయటం మంచిది. అలాగే సంజా ప్యాలెస్ బయట తిరగటంకూడా క్షేమంకాదు. శత్రు మనుషులు షాడో



ఇందిరాగాంధీ దళితులకు తాయిలాలిచ్చి చెయ్యి దులుపుకున్నది. టి.డి.పి. దళితులకు ఆత్మగౌరవం కల్పించింది.

-నక్కా ఆనందబాబు, ఎ.పి. మంత్రి



అంతర్జాతీయ వృద్ధిరేటు పెరుగుతోంది... దాని లబ్ధి అందరికీ అందేలా చేసేలా వ్యవహరించాల్సివుంది.
-థెరిస్సామే, బ్రిటన్ ప్రధాని

చేస్తున్నారు. నిన్న రాత్రి ఏం జరిగిందో సంజూకి తెలీదు. సంజనా ప్యాలెస్‌కు పరిమితంగావటం క్షేమం" చెప్పాడు కార్తికేయ.

"నాకు అభ్యంతరం లేదు కార్తీ... ప్యాలెస్‌లోనే ఉంటాను. కాని నువ్వుకూడా ఇక్కడే ఉండాలి. అప్పుడే నాకు ధైర్యంగా ఉంటుంది" అంది సంజనా.

"అవును కార్తీ. నువ్వు ఇక్కడే ఉంటే బాగుంటుంది. కాదనకు..." అంటూ కూతుర్ని సమర్థించారు రాజావారు.

"ఓకే సర్. వివాహ విషయంకూడా ఆలోచించండి వాయిదా వేస్తే మంచిది" చెప్పాడు కార్తికేయ.

దీనికి రాజగురువు మున్నలూరు కృష్ణశాస్త్రి అభ్యంతరం చెప్పాడు. "లేదు నాయనా. మీ వివాహం జరగాల్సిందే. చాలా దోషాలు తొలగిపోవాలంటే మీ పెళ్ళి జరిగిపోవాల్సిందే" అన్నాడు.

"అదికాదు గురువుగారూ..."

"ఏదికాదు?" అంటూ కార్తికేయను అడ్డుకుంది సంజనా. "మన వివాహంతో మంచి జరుగుతుందని గురువుగారు చెపుతున్నారుగా. అయినా ఈ గొడవలకి భయపడి మన పెళ్ళి వాయిదా వేసుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. ఏమంటారు డాడీ?" అంది.

"అవును కార్తీ. సంజనాకు ఇరవై నాలుగేళ్ళు పూర్తయ్యేలోపే వివాహం జరగాలి. సమయంలేదు. మీ పెళ్ళి ఆపలేను" అన్నారు రాజావారు.

ఇంతలో బావమరిది సూర్యప్రకాశవర్మ లోనకొచ్చాడు. నౌకర్ని బయటే వదిలి తనే వీల్‌ఛైర్‌తో తోసుకుంటూ దగ్గరకొచ్చాడు.

అంతక్రితమే జరిగింది తెలిసి వెంటనే వచ్చాడు. ఎందుకంటే ప్యాలెస్ మొత్తం అతడి కంట్రోల్‌లోనే నడుస్తుంది. ప్యాలెస్‌లో పనిచేసే సిబ్బందిగాని, ప్యాలెస్ రక్షకవర్గంగాని అందరికీ చీఫ్ అతడే... ఇక్కడేం జరిగినా తనే బాధ్యత వహించాల్సివుంటుంది. తనే జవాబుదారీ. బావమరిదిని చూడగానే కాస్త సీరియస్ అయ్యారు రాజావారు.

"వర్మగారూ ఏమిటండీ ఇది? రానురాను మన ప్యాలెస్‌లో మాకే భద్రత లేకుండాపోతోంది. వరుస ఘటనలు జరుగుతూనే ఉన్నాయి. మనం నిద్రపోతున్నాం. మా మందిరాల్లోకి హియరింగ్ బగ్స్ ఎలా వచ్చాయి?" కొంచెం కటువుగానే అడిగాడు.

"క్షమించండి బావగారూ. గతంలో లేనివిధంగా కొత్త సమస్యలు వచ్చిపడుతున్నాయి. అక్కడికీ మందిరాలకు రాత్రివేళ బీగాలు వేస్తున్నాం. అయినా శత్రుమనుషులు ఎలా ప్రవేశిస్తున్నారో అర్థంగావటంలేదు. ఇలా జరగటం బాధగానే ఉంది. మన సిబ్బందిలోనే శత్రుమనుషులున్నారు. సందేహం లేదు.

వాళ్ళు ఎవరనేది కనిపెట్టడం కష్టంగా ఉంది. ప్రస్తుతం ఆ పనిమీదే ఉన్నా. త్వరలోనే వాళ్ళ జాడతీసి మీముందు నిలబెడతాను. కొంచెం వ్యవధి కావాలి" అంటూ అర్థించాడు సూర్యప్రకాశవర్మ.

"ఆ పని త్వరగా చూడండి. ఇవాళనుంచి కార్తికేయ ఇక్కడే ఉంటాడు. ఇతడికోసం చక్కని శయన మందిరం ఏర్పాటుచేయించండి. రాత్రివేళ బయటే కాదు. ప్యాలెస్ వరండాల్లో కూడా గస్తీ ముమ్మరం చేయండి. అనుమానితుల్ని నిలదీయటంలో జాప్యం చేయొద్దు" అంటూ హెచ్చరించారు రాజావారు.

"అలాగే బావగారూ" అంటూ వెంటనే అక్కడినుంచి నిష్క్రమించాడు సూర్యప్రకాశవర్మ.

ఇక లగ్నపత్రిక వ్రాయటంలో నిమగ్నమయ్యాడు రాజగురువు మున్నలూరు కృష్ణశాస్త్రి.

ఆ రోజు కార్తికేయ తన మకాంను ప్యాలెస్‌కి మార్చేశాడు. అతడి రాకతో రాజా విష్ణుచంద్రగజపతి మహదేవ్‌కు కొంత ఊరట లభించింది. సంజనా సంతోషానికి హద్దులేదు. చాలా సంతోషంగా ఉంది.

సంజనా అంతఃపుర మందిరం ప్యాలెస్ రెండో అంతస్థులో ఉంది. సరిగ్గా దానికి దిగువనే కార్తికేయ కోసం కేటాయించిన శయన మందిరం ఉంది. చాలా విశాలమైన చలువరాతి బెడ్‌రూమ్.

గవాక్షం తెరిస్తే గార్డెన్ అందంగా కన్పిస్తుంది. హంసతూలికవంటి డబుల్‌కాట్ బెడ్. ఎటుచూసినా ఖరీదైన ఫర్నిచర్, ఎ.సి. చల్లదనాలు. వచ్చిన రాత్రి తలుపులు బిగించి పడుకున్నాడు కార్తికేయ.

ఎందుకంటే రాత్రి భోజనం చేస్తున్నప్పుడే చిలిపిగా అల్లరి ఆరంభించింది సంజనా. ఆమె అల్లరి తనకు ఇష్టమే. తమ ఇంట్లో ఎలా ఉన్నా బయటికి తెలిసేది కాదు. ఇది ప్యాలెస్. ఎదురుగా రాజావారు ఉన్నారు. ఆయన దృష్టిలో పడితే బాగోదు.

భోజనం చేసివస్తూవుండగా "తలుపు గెడపెడితే ఊరుకోను చెపుతున్నాను. దగ్గరగా మూసి ఉంచు" అంటూ వార్నింగిచ్చింది సంజనా.

"సంజూ ప్లీజ్. మీ డాడీకి తెలిసిందంటే పెళ్ళిగాకుండా ఇవేం పనులు అని అల్లరయిపోతాం. రావద్దు" అర్థించాడు కార్తికేయ.

"అల్లరయినా ఫరవాలేదు. వచ్చేస్తానంతే"

"నేను గెడ బిగించి పడుకుంటాను"

"అయినా వచ్చేస్తాను"

"మాట వినవా?"

"ఎలా వింటాను. కలిసి పడుకోవటం అలవాటయిపోయిందిగా. ఒంటిగా నిద్రపట్టదు"

"ఓరి దేవుడా. ఈ పెంకిపిల్లకు నువ్వయినా చెప్పవయ్యా. వద్దంటే కావాలంటుంది. ఏమిటి దారి?"

"పో బావా... ఇంత మొగమాటం పనికిరాదు"

"మనం బావామరదళ్ళమా?"

"పెళ్ళికాని భార్యాభర్తలం. నేను రావటం పక్కా. నువ్వు నిద్రపోవద్దు" అంటూ అంతఃపురానికి వెళ్ళిపోయింది సంజనా.

వచ్చినా వచ్చేస్తుందన్న భయంతో తలుపులు గెడవేసి నిశ్చింతగా నిద్రపోయాడు కార్తికేయ. ఒక రాత్రివేళకు వెచ్చని శ్వాస ముఖాన్ని తాకుతుంటే ఉలిక్కిపడి కళ్ళు తెరిచాడు. ఆశ్చర్యం! ఎదురుగా చంద్రబింబంవంటి సంజనా ముఖం.

ఇది కలా నిజమా. కాసేపు అర్థం లేదు. వేసిన గెడ వేసినట్టుండగా సంజూ లోపలకు ఎలా వచ్చింది.

"ఏంటి? లోపలకు ఎలా వచ్చానని షాకయ్యావా?" కొంటెగా అడిగింది రాకుమారి.

"అవును. ఎలా వచ్చావ్?"

వెరీ స్పెషల్

'జై సింహ'లో పెద్దగా గుర్తించని పాత్రలో ఒదిగిపోయిన హరిప్రియ తన రాబోయే 'బెల్‌బాటమ్' గురించి అదేపనిగా గంటకొట్టి చెబ్తున్నది.

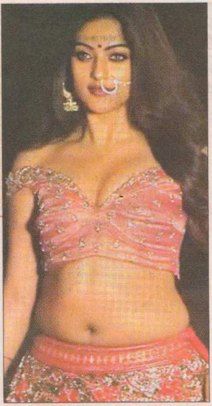
"నా తదుపరి సినిమా 'బెల్‌బాటమ్'. ఈ చిత్రంలో నటిస్తున్నందుకు చాలా సంతోషంగా ఉంది. దర్శకుడు జయతీర్థగారితో రెండోసారి హీరో రిషబ్‌శెట్టితో మూడోసారి కలిసి పనిచేస్తున్నా. ఇది నాకు చాలా చాలా స్పెషల్ సినిమా. టీమ్ అందరితో కలిసి సెట్‌లో సందడి చేయడం భలేగా ఉంటుంది" అంటోంది హరిప్రియ.



మంచమ్మాయ్!

అలవోకగా జతకట్టేస్తున్న అనుఇమ్మానుయేల్‌కు పరిశ్రమలో డిమాండ్ పెరగడానికి ఆమె ధోరణే దోహదపడుతున్నదనేది ఓ టాక్.

అనుఇమ్మానుయేల్‌కు ఏ విషయంలోనూ అహం ఉండదన్నది ఓ కాంప్లిమెంట్. ప్రత్యేకంగా ఇది కావాలి, అది కావాలంటూ నిర్మాతను, యూనిట్ సిబ్బందిని అస్సలే విసిగించదట. హంగామా, హడావిడి చెయ్యకుండా తన పనేదో తను చేసుకునిపోతూవుంటుందికాబట్టి ఆమెకు ప్రాధాన్యం పెరుగుతున్నదనేది వినికిడి కావచ్చునేమో!



"ఎలాగంటే.. ఇది రాజమహలు. రహస్య మార్గాలు చాలా ఉన్నాయి. పైనున్న నా అంతఃపుర మందిరం మా అమ్మగారు సులక్షణాదేవిగారిది.

నీకివ్వబడిన ఈ శయన మందిరం అప్పట్లో మా డాడీ శయనమందిరం. డాడీ పైన అంతఃపురంలోని మమ్మీవద్దకు పోయిరావటానికి ఇక్కడ మెట్లతో కూడిన రహస్యమార్గం ఉంది. ఇవన్నీ డాడీ చూపించారు. చూస్తావా? పద" అంటూ లేస్తున్న సంజనాను ఆపి సందిట బంధించేశాడు కార్తికేయ.

మిగిలిన రాత్రంతా కార్తికేయతోనే ఉందిసంజనా. గాంధర్వ వివాహ విధిననుసరించి తన బావ కార్తికేయనే భర్తగా భావించింది రాకుమారి మేఘనా సౌందర్యానంద సహనాదేవి ఉరఫ్ సంజనా.

కార్తికేయకు తనువు మనసు అర్పించి అమర ప్రేమలో అతడితో స్వర్గసౌఖ్యాలనుభవించడంలో సంకోచించటంలేదు. చాలాసార్లు అనుకుంది. నిజంగా మనం బావామరదళ్ళం బావా అంటూఅతడి గతాన్ని వివరించాలని.కాని తండ్రికి ప్రామిస్ చేసింది. మాట తప్పలేదు. అందుకే చెప్పలేదు.

ఆపైన ఎందుకో తెలీదుగాని చావు భయం ఆమెను పీడిస్తూనే ఉంది. ముఖ్యంగా మణిసిద్ధుడిచ్చిన తులసిమాల చితాగ్నిలో దగ్ధమైనప్పటినుంచీ ఆమె మనసు కీడును శంకిస్తోంది.

స్వామి సత్యానంద ఇచ్చిన స్ఫటికమాలను సదా ధరిస్తున్నప్పటికీ ఏ క్షణంలోనయినా తనకు చావు తప్పదనే నమ్మకం బలపడుతోంది. అది భయంవల్ల కావచ్చు లేదా సిక్స్‌సెన్స్ హెచ్చరిక కావచ్చు.

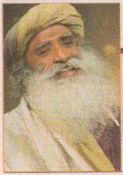
సంజనా పైకి చెప్పుకోపోయినా చావు భయం మాత్రం గుండెల్లో గూడు కట్టుకునే ఉంది.స్ఫటికమాల సిందూరవర్ణంలోకి మారితే అది తనకు రానున్న ప్రమాదానికి సంకేతంమాత్రమే. ప్రమాదాన్ని నివారించలేదు. స్వామి సత్యానంద చెప్పింది కూడా అదే. కాని మణిసిద్ధుడిచ్చిన తులసిమాల అలాకాదు.

"ఈ మాల నీ మెడలో ఉన్నంతవరకు ఏ ప్రమాదం నీ దరిచేరదు" అంటూ స్పష్టంగా చెప్పారాయన. కాబట్టి ఆ మాలను పోగొట్టుకోవటం తన దురదృష్టమే. ప్రమాదం అనేది ఏ రూపంలో ఎటునుంచి విరుచుకు పడుతుందో తెలీని అనిశ్చిత పరిస్థితి తనది. అందుకే సంజనా భయపడుతోంది. ఈ కారణంచేతనే కార్తికేయకు దూరంగా ఉండలేకపోతోంది సంజనా.

ఇక ఈ భయం ఆమె ఒక్కదాన్నే కాదు -

రాజా విష్ణుచంద్రగజపతి మహదేవ్‌నూ కార్తికేయలనూ కూడా కలవరపరుస్తోంది. ఒక్క రాజగురువు మున్నలూరు కృష్ణశాస్త్రిమాత్రమే నిశ్చింతగాఉన్నాడు. ఆయన వ్యూహమేమంటే రాకుమారికి వయసు ఇరవై నాల్గు పూర్తయితేనే ప్రాణగండం ఉంది.

ఈ లోపలే వివాహం జరిపిస్తే ఇక ఏ ప్రమాదమూ వాటిల్లదు. వివాహ ప్రయత్నములు ఆరంభించాడు గాబట్టి కంగారుపడాల్సింది లేదని ఆయన ధీమా.



సృష్టికర్త హస్తప్రమేయం లేనిదేదీ సృష్టిలో లేదు. ప్రతి అణువులో, ప్రతి కోణంలో సృష్టి మూలముంటుంది.
-జగ్గీ వాసుదేవ్, ఆధ్యాత్మిక గురు

ఈ అనిశ్చిత వాతావరణంలోనే వారంరోజులు గడిచిపోయాయి. సొగసైన వివాహ ఆహ్వాన పత్రికలు ప్రింటయి వచ్చాయి. ఒకటి రెండు రోజులలో వాటిని బంధుమిత్రులకు పంపించేందుకు రాజావారు ఏర్పాట్లుచేస్తున్నారు.

ఇలా ఉండగా ఆ రోజు ఉదయం లేస్తూనే ఉలిక్కిపడింది సంజనా. రాత్రి ఏదో పీడకల.

అదీ తెల్లవారుజామున వచ్చిన కల.

తనెక్కడో స్మశానవాటికలో ముళ్ళతో పేర్చిన చితిమీద శవంలా పడుకునుంది. చుట్టూ తన తండ్రితో సహా అంతా చేరి బోరున విలపిస్తున్నారు. ఆకాశంలో రాబందులు కారాడుతున్నాయి.

దూరంగా గుడ్లగూబలు నక్కల అరుపులు వినిపిస్తున్నాయి. భూతప్రేతాలు తనమీదుగా ఎగిరిపోతూ వికటట్టహాసం చేస్తుండగా మెలకువ వచ్చేసింది. దారుణమైన పీడకల.

దీనికి అర్థం ఏమిటి? తనకు మరణం తప్పదా. కలవరపడుతూండగా పరిచారిక ఒకర్తె ఆమె గళసీమను చూసి ఆశ్చర్యపోయింది.

"ఈ హారం ఎక్కడిదమ్మా. సిందూరంలా అంత ఎర్రగా మెరుస్తోంది?" అనడిగింది.

ఆ మాటలకు తృళ్ళిపడి అప్పుడు గమనించింది సంజనా.తెల్లగా మెరిసే స్ఫటికమాల ఇప్పుడు సిందూరవర్ణం తిరిగి భీతిగొలుపుతోంది. అంటే ఏదో ప్రమాదం తనమీద విరుచుకుపడబోతున్నదన్నమాట. ఇదొక్కటే అయితే ఇది ఎలాంటి ప్రమాదమైనా ఎదిరించవచ్చన్న ధైర్యం ఉండేది. కాని పీడకల మూలంగా చావు తప్పదన్న నిర్ధారణకొచ్చేసింది.

ఈ ఆలోచనే సంజనా గుండెల్లో దడపుట్టిస్తోంది. కలవరాపెడుతోంది. కళ్ళలో భీతి కనబడుతోంది. కార్తికేయను, తన తండ్రి రాజావారిని వెంటనే రావలసిందిగా పరిచారికలద్వారా కబురు పంపించింది.

గుండె రాయి చేసుకుని పాన్పు దిగింది. కాలకృత్యాలు తీర్చుకుని తలారా స్నానంచేసి తనకి ఇష్టమయిన దుస్తులు ధరించింది సంజనా.

పూజగదిలో చాలాసేపు దైవధ్యానంలో గడిపి బయటికొచ్చేసరికి కార్తికేయతోబాటు రాజావారు, రాజగురువు కృష్ణశాస్త్రి, మేనమామ సూర్యప్రకాశవర్మ అంతా వచ్చి ఎదురుచూస్తున్నారు.

అందరూ ఉన్నా సంజనా దృష్టి కార్తికేయమీదే కేంద్రీకృతమైంది. ఒక్కదూకులో వెళ్ళి అతడి కౌగిట ఒదిగిపోతూ చిన్నగా ఏడ్చేసింది.

ఆమె వెన్నుతట్టి ఓదార్చాడు కార్తికేయ. పీడకల గురించి చెప్పి రంగుమారిన స్ఫటికమాలను అందరికీ చూపించింది సంజనా. సిందూర వర్ణంలో మెరుస్తున్న స్ఫటికమాలను గాంచి నివ్వెరపోయారంతా.

"సంజూ! రాచబిడ్డవు. చావు గురించి భయపడకూడదు" సీరియస్‌గా హెచ్చరించాడు కార్తికేయ.

"నా భయం చావుగురించి కాదు. నిన్నొదిలిపోతానన్న భయం" అంది సంజనా.

"నీతోబాటే నేనూ. భయపడకు సంజూ. నన్నుదాటిగాని చావు నీ దరికి రాదు. సరేనా. భద్రత మరింత కట్టుదిట్టం చేస్తాం. చీమకూడా లోన జొరబడలేదు. ధైర్యం వహించు. నువ్విలా అధైర్యపడితే నీ తండ్రిగారు చూడు ఎంత కంగారుపడుతున్నారో" అంటూ ధైర్యం చెప్పాడు కార్తికేయ.

ఇంకా ఉంది

పర్సనల్ ఎజెండా

సన్నీలియోన్



COURTESY: STARDUST

బాలీవుడ్‌లో భయంలేని బాంబుసన్నీలియోన్. తన పాత ఇమేజ్‌ను బ్రేక్‌చేసి అవకాశాలను పొందగలుగుతున్నది. ఏం చేసినా, ఏం చెప్పినా నిర్భీతిగా వ్యవహరించడం సన్నీ నైజం.

డ్యాన్స్ నెంబర్లతో థియేటర్లను దద్దరిల్లింపజేస్తుంటుంది. ఆమె వ్యక్తిగత అభిప్రాయాలు, విశేషాలు:

► **నేనిక్కడ :** చాలా సంతోషంగా ఉన్నాను

► **ఏదో ఒక సూపర్‌స్టార్ సరసన :** హీరోయిన్‌గా ఎప్పుడు నటిస్తానో తెలియదు. అవకాశం కల్పించమని ఎవరిపైనా నేను ఒత్తిడి పెట్టలేను. నా ప్రాజెక్టులలో భాగం చెయ్యమని అడగలేను

► **జీవితంలో :** కొన్ని విషయాలు జరిగితే బావుంటుంది. ఒకవేళ జరక్కపోయినా సాఫీగా వెళ్ళిపోగలగాలి. దానిగురించి ఆలోచించకూడదు

► **స్పెషల్ పాటలు :** షారుక్‌ఖాన్ వంటివారితో చెయ్యాలని ఎవరుమాత్రం కోరుకోరు?

► **నా గురించి వినపడే వివాదాలు :** నన్ను ఏవిధంగానూ నిరుత్సాహపరచడంలేదు. ఇంకా ముందుకు సాగడానికి దోహదపడుతున్నాయి. నన్ను నిరుత్సాహపరచడానికి ఇతరులు చేసే ప్రయత్నాలు నన్ను ఇంకా దృఢంగా మార్చుతున్నాయి

► **నా జీవితాన్ని :** నేను నిర్దేశించుకుంటాను. నాకు నచ్చినట్లు వుంటాను

► **ప్రతి సినిమాలోనూ:** నా నటనను మెరుగుపరచుకుంటా. ప్రతిరోజూ ఏదోకటి అభ్యసిస్తుంటాను

► **ప్రపంచ దృష్టిలో :** నేను ఎక్స్‌ట్రోవర్ట్ కావచ్చు. కాని, నేను ఇంట్రోవర్ట్‌ను. ఏదైనా పని చేయడానికి ముందు కొంచెం భయపడతాను

► **అర్బాజ్‌ఖాన్‌తో పని:** బావుంది. సరదాగా ఉంది. మేము మంచి స్నేహితురాలం అయ్యాం. సినిమా అంతా నవ్వుతూనేవున్నాం

► **'తేరా ఇంతిజార్' చిత్రం :** నాకు ఉత్తమం అవుతుందేమో తెలియదు కాని, నేను దర్శకుడి విజన్‌ను అనుసరించాను. తనకు ఏం కావాలో తనకు బాగా తెలుసు. నేను మంచి శ్రోతను

► **హిందీ మాట్లాడేందుకు :** నా వరకు నేను ప్రయత్నించాను. భాషలో ప్రస్తుతం నిపుణురాలినో కాదో తెలియదు కాని, మాట్లాడగలను

► **క్యాస్టింగ్ కౌచ్ అనుభవాలు :** నాకేవీ లేవు. నా భర్త డ్యానియల్ వెబ్బర్ ఉందికదా

► **నా నటనపట్ల :** ఎవరి అభిప్రాయం వారికి ఉంటుంది. నావరకు నేను ఉత్తమంగా చెయ్యడానికే ప్రయత్నిస్తాను. ఇది నేను ప్రేమించే వృత్తి

► **గత ఆరేళ్ళలో:** అనేక రకాల సవాళ్ళు ఎదుర్కొన్నాను. చాలా క్రేజీ విషయాలు చేసినవారున్నారు.

► **ఇష్టపడే సినిమాలు :** ముఖ్యంగా హారర్ నటనను బాగా ఇష్టపడుతుంటా. సైకలాజికల్ థ్రిల్లర్లు కామెడీ కూడా ఇష్టం. అవకాశం వస్తే అన్ని రకాల సినిమాలూ చేయాలన్న కోరిక ఉంది



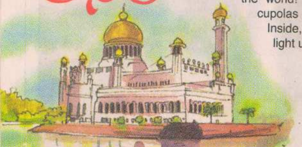


Brunei

Did you know that Brunei is actually called "Negara Brunei Darussalam"? In Malay, this means "The Home of Peace".

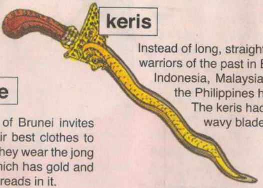


The famous Omar Ali Saifuddien Mosque is made of the finest materials from all over the world! Outside, the gold cupolas gleam in the sun. Inside, glass chandeliers light up its huge rooms!



Omar Ali Saifuddien Mosque

What would you see if you lived in a tree? In Ulu Temburong Park, you can find out by walking along a treetop bridge!



Instead of long, straight swords, warriors of the past in Brunei, Indonesia, Malaysia, Thailand and the Philippines had the keris. The keris had a short wavy blade.

During Hari Raya Aidilfitri, the Sultan of Brunei invites people to his palace. They put on their best clothes to meet the Sultan. They wear the jong sarat, which has gold and silver threads in it.

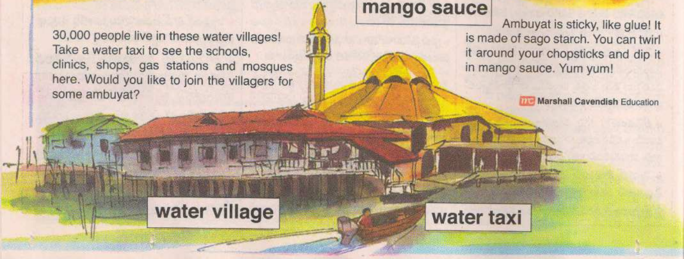




30,000 people live in these water villages! Take a water taxi to see the schools, clinics, shops, gas stations and mosques here. Would you like to join the villagers for some ambuyat?

Ambuyat is sticky, like glue! It is made of sago starch. You can twirl it around your chopsticks and dip it in mango sauce. Yum yum!

Marshall Cavendish Education





పొదుపురహస్యం

పడమటి తీరాన గణేశుడూ, గంగాధరుడూ అని ఇద్దరు యువకులుండేవారు. వాళ్ళు ఒకే గ్రామంలో ఉండి, చిన్నతనం నుంచీ కలిసి తిరిగారు. వాళ్ళు యుక్తవయస్కులై తమ బతుకుతెరువు తాము చూసుకోవలసివచ్చేసరికి వారుండే ప్రాంతం బొత్తిగా కాటకప్రాంతమైపోయింది.

అందుచేత వాళ్ళు తూర్పుతీరానికి వెళ్ళి, సంపద సమృద్ధిగా ఉండేచోట జీవనోపాధి కలిగించుకుందా మనుకున్నారు.

"మనిషి పొట్టకెంతకావాలి? ఇంత అన్నమూ, ఎండుచేపలూ తింటూ ఎంత కాలమైనా బతకవచ్చు. అలా పొదుపుగా జీవిస్తూ కష్టపడి సంపాదించినదానిలో నుంచి సాధ్యమైనంత మిగుల్చుకున్నామంటే, అది పెట్టుబడిగా ఏ వర్తకం చేసుకున్నా జీవితం సుఖంగాగడిచి పోతుంది" అన్నాడు గంగాధరుడు.

"అలాగే పొదుపుగా జీవించి పైకి వద్దాం" అన్నాడు గణేశుడు.

ఇద్దరూ ప్రయాణం చేసి తూర్పుతీర ప్రాంతం చేరుకున్నారు.అది సుక్షేత్రం.ఎక్కడ చూసినా ఏపుగా పెరిగిన పైరులు కనిపించి, వారి కళ్ళను ఎంతో ఆనందపరిచాయి.

స్నేహితులిద్దరూ ఒక నగరం చేరారు. అక్కడ వర్తకం కూడా బాగా సాగుతున్నది. నగరం చేరుతూనే స్నేహితులిద్దరూ చీలిపోయారు.

ఒకటి, రెండేళ్ళపాటు ఎవరి కృషి వారే చేసుకోవటమూ, ఎవరి అదృష్టాన్ని వారే వెతుక్కోవటమూ, ఒకరి బరువు ఒకరి మీద వెయ్యకుండా ఉండటమూ మంచిదని వారికి అనిపించింది.

గణేశుడు దొరికిన పని ఏదైనా చేసి, రోజు పొదుపుగునా శ్రమపడి డబ్బు సంపాదించసాగాడు.

గంగాధరుడు చెప్పినట్టే అతను వరి అన్నమూ, ఎండు చేపలూ తింటూ, సాధ్యమైనంత తక్కువ ఖర్చుతో కాలక్షేపం చేస్తూవచ్చాడు.

కాని గణేశుడు ఎంతో కాలం ఇలా చెయ్యలేక పోయాడు. ముఖ్యంగా అతనికి తిండి గురించి అసంతృప్తి ఏర్పడింది. దగ్గర డబ్బు ఉండగా, నోరు కట్టేసుకోవడం అతనికి సాధ్యం కాలేదు.

అందుచేత ఒకనాడు అతను కోడిని కొని, వండుకుని తిన్నాడు. దాంతో అతనికి ప్రాణం లేచివచ్చినట్టయింది. సుఖంగా తినటానికి కాకపోతే ఎంతో శరీర కష్టం చేసి డబ్బు సంపాదించినందుకు ఫలితం ఏమిటి? అయినా ఒకవంక తాను పొదుపు నియమాన్ని ఉల్లంఘించినందుకు మనస్సు బాధపడింది. అందుచేత అతను మళ్ళీ కొన్నాళ్ళు అన్నమూ, ఎండు చేపలూ తింటూ గడిపాడు.

కాని అది భోజనంలాగానే లేదు. కోడి రుచి అనుక్షణమూ జ్ఞాపకం వచ్చేది.

చివరకు గణేశుడి జిహ్వాచాపల్యమే గెలిచింది. అతను తన దగ్గిర ఉన్నదంతా రుచిగా తినటానికి ఖర్చు చేయసాగాడు. తిండి సుఖంతో మిగుల్చుకున్న డబ్బంతా అయిపోవటం అలా ఉంచి, అతనికి పనికి



ఒళ్ళు వంగకుండాపోయింది. దీని ఫలితంగా అతను అన్నమూ, ఎండుచేపలూ కొనటానికి కూడా తగినంత సంపాదించుకోలేని స్థితికి వచ్చేశాడు.

ఈలోపల గంగాధరుడు పొదుపు నియమంతో బాగుపడ్డాడు. అతను ప్రతి రాగిదమ్మిడీ కూడా ప్రాణంతో సమంగా ఎంచి, తన కష్టార్జితాన్ని కూడబెట్టి,చిన్నచిన్న వ్యాపారాలతో ప్రారంభించి, క్రమంగా పెద్ద వర్తకానికి ఎగబాకి, అందులో త్వరగా పైకి వచ్చి, కొంత ఆస్తి సంపాదించుకుని, ఇల్లు కట్టుకుని, పెళ్ళిచేసుకున్నాడు.

తనతోబాటే కట్టుబట్టలతో వచ్చిన గంగాధరుడు తానున్న నగరంలోనే ధనికుడుగా బతుకుతున్న సంగతి గణేశుడికి తెలుసు.

అందుచేత తన మిత్రుడి సహాయం పొందుదామన్న ఉద్దేశంతో అతను గంగాధరుడి ఇంటికి వెళ్ళి, తనకు అదృష్టం కలిసిరాలేదనీ, తనకు పూటకింత అన్నమూ, ఎండుచేపలూ కూడా కరువయ్యాయనీ మొరపెట్టుకున్నాడు. "నీకా అన్నమూ, ఎండుచేపలూ అందేటట్టు నేను చూస్తాను. నువ్వు నీ కాళ్ళమీద నిలబడు" అని గంగాధరుడు గణేశుడికి తన ఇంటి ఆవరణలో ఒక చిన్న గుడిసె వేయించి ఇచ్చి, రోజూ బియ్యమూ, ఎండుచేపలూ అతనికి పంపుతూవచ్చాడు. వాటితో గణేశుడు వంట చేసుకుని తింటూ వచ్చాడు.

కొద్దిరోజులు గడిచాక గంగాధరుడు గణేశుణ్ణి పిలిపించి, "రోజూ ఎండుచేపలు తినటం నీకు చవిచచ్చినట్టుగా ఉంటున్నదేమో! ఒక పనిచెయ్యి.

నా చింతతోపులోకెల్లా చిన్న చింతమొక్కను నీకు ఇచ్చేస్తాను. దాని ఆకు తెచ్చి, చేపలకూరలో వేసి ఉడకబెట్టావంటే రుచిగా ఉంటుంది. ఆ పని చెయ్యి" అన్నాడు గంగాధరుడు.

గణేశుడు తన మిత్రుడి చింతలతోపుకు వెళ్ళి, అక్కడ ఉన్న మొక్కలలో చిన్న దానినుంచి ఆకు దూసుకువచ్చి చేపల కూరలో వేశాడు. కూర రుచిగానే ఉన్నది. అయితే కొద్ది రోజులకల్లా చింతమొక్కన ఒక్క ఆకు కూడా లేకుండాపోయింది.

గణేశుడు తన మిత్రుడి వద్దకు వెళ్ళి, మరొక చింతచెట్టు నుంచి ఆకు కోయటానికి అనుమతి కోరాడు.

"ఈసారి ఉన్న చెట్లన్నిటిలోకీ పెద్ద చెట్టు నుంచి ఆకు కోసుకో" అన్నాడు గంగాధరుడు. మళ్ళీ కొన్నాళ్ళు గడిచాయి. గంగాధరుడు గణేశుణ్ణి పిలిచి, "నువ్వు కోసుకునే చెట్టున చింతాకు అయిపోలేదు గద?" అన్నాడు.

"నేను రోజుకు గుప్పెడు ఆకు కోస్తే ఆ చెట్టున మర్నాటికి రెండు గుప్పెళ్ళు చిగురు పుట్టుకొస్తుంది" అన్నాడు గణేశుడు.

"నువ్వు చేసినదానికీ, నేను చేసినదానికీ అంతే తేడా! నువ్వు నీ ఆర్థికస్థితి చిన్న మొక్కగా ఉండగానే దాన్ని దోచావు. నేను పెద్ద చెట్టు అయ్యేదాకా ఓపిక పట్టి, దానినుంచి నాకు కావలసినంతా అనుభవించ గలుగుతున్నాను. నీ జీవితం మోడుబారిపోయింది. నా జీవితం మూడు పూలూ, ఆరు కాయలూగా ఉన్నది" అన్నాడు గంగాధరుడు.

"అవును! ఇక నేను నీమీద ఆధారపడక, మళ్ళీ జీవితం ప్రారంభిస్తాను"

-అని గణేశుడు తన స్నేహితుడు చెప్పిన నీతిని అమలుచేయటానికి పూనుకున్నాడు.

సి.చంద్రశేఖర్





కామెడీ కథ

బ్రహ్మోజీ! కాస్త మాటసాయం

మల్లాది మంజుల

"ఒసే వైశాలీ! ఈ పూట తొందరగా పడుకో, రేపు పెందలాడే లేవాలి కూడానూ!" అంది బామ్మ అనసూయమ్మ మనవరాలు వైశాలితో.

"మొన్నొచ్చి వెళ్ళిన పెళ్ళిసంబంధంవాళ్ళు మళ్ళా గాని వస్తామన్నారా ఏంటి బామ్మా!" చిన్నగా కూపీ లాగుతున్నట్లుగా అడిగింది వైశాలి తెలివిగా.

"అయ్యో రామా! పెళ్ళిసంబంధంవాళ్ళా, ఇంకా ఏమన్నానా! వాళ్ళింతవరకూ చూచాయగా కబురు గూడా చేయకపోతే!

ఇప్పటికే ఆరేడు సంబంధాలు తప్పిపోయాయి. ఇదేం అవుతుందో ఏమో!" అప్పుడే అక్కడకు వచ్చిన కోడల్ని చూస్తూ అంది అనసూయమ్మ.

మళ్ళా తనే, "అయినా ఆ బ్రహ్మదేవుడు ఏం రాత రాశాడో ఏమిటో! మనమనుకుంటే అవుతుందా! ఆయన తల్చుకోవాలిగాని!" అని తనలో తనే అను కుంటున్నానని అనుకుంటూనే పైకే అనేసింది.

"అదేం కాదులే వైశాలీ! రేపు ఎటూ సెలవు కదా వడియాలు పెడదాం! నువ్వు కూడా సాయంగా ఉంటావు గదా అని!" అసలు విషయం చెబుతూ అన్నది వైశాలి తల్లి భవాని.

"అదా.... సరేలే!" అంటూ తన గదిలోకి వెళ్ళి పదిరోజులనాడు వచ్చి వెళ్ళిన సంబంధం గురించి ఆలోచిస్తూ నిద్రలోకి జారుకున్నది వైశాలి.

"వైశాలీ! లేమ్మా లే!" అంటూ ఎవరో తట్టి లేపుతున్నట్లుగా ఉంటే, 'ఇంకెవరు అమ్మే అయి ఉంటుందిలే అనుకుంటూ-

'అమ్మా! సెలవేగా... ఇంకొంచెంసేపు పడుకోని!' అన్నాననుకుంటూనే నిండా కప్పుకున్న దుప్పటికూడా తీయకుండా నిద్ర కొనసాగించింది వైశాలి.

"ముందు లే... లేచి ఒక్కసారి లేచి కళ్ళు తెరిచి చూడు!" మళ్ళీ వినిపించింది అదే స్వరం.

"అబ్బా! నీకు ఎప్పుడూ తొందరేనే... నాకిప్పుడు లేవాలనిపించటంలేదు!" నిద్ర మగతలోనే సమాధానం చెప్పింది వైశాలి.

"అది కాదమ్మా! లేచి చూస్తేనే కదా నీకోసం ఎవ రొచ్చిందీ తెలిసేది!" అంటూ బలంగా కుదుపుతున్నట్లుగా ఉంటే, ఇక తప్పక కళ్ళు తెరిచింది వైశాలి.

'ఎదురుగా సహజంగా తల్లేకదా ఉంటుంది. బామ్మయితే ఇంత సౌమ్యంగా లేపదు కాక లేపదు' అనుకుంటూ చూసిన వైశాలికి ఎదురుగా ఉన్న విగ్రహాన్ని చూస్తూనే గుండాగినంత పనయింది.

నాలుగు తలలు, నాలుగు చేతులు, ఒక చేతిలో కమలం, మరో చేతిలో వేదాలు, ఒక చేతిలో రుద్రాక్షలు, మరొక చేతిలో కమండలం - దివ్యమంగళ స్వరూపంతో బ్రహ్మదేవుడిని చూడగానే వైశాలికే మొదటగా భయమేసింది.

అంతలోనే సర్దుకుని, తెలివి తెచ్చుకుని, రెండు చేతులూ జోడించి నమస్కరించింది.

"ఏమ్మా వైశాలీ! ఎలా ఉన్నావ్, క్షేమమేనా?" నవ్వుతూ అడిగాడు బ్రహ్మ.

'స్వామీ! బాగానే ఉన్నాను... మీరో?' అందామనుకుంటూ గొంతులో మాట గొంతులోనే మింగేసింది. సాక్షాత్తూ సృష్టికర్తను పట్టుకుని 'క్షేమమా?' అని అడగటంలో అర్థమున్నదా, తెలివితక్కువ కాకపోతే అనుకున్నది మనసులోనే.

"ఏమిటి వైశాలీ ఏదో ఆలోచిస్తున్నావు!"

"ఏం లేదు పితామహా! మీరు అచ్చు పుస్తకాల్లో ఉన్నట్లుగానే ఉన్నారు. మీకున్న వివిధ నామాలు నాకు తెలుసు స్వామీ, బామ్మ చెప్పింది!"

"అలా అయితేనే నువ్వు తేలిగ్గా గుర్తుపట్టగల్గుతావని ఆ రూపంలో వచ్చా! సరే చెప్పు అవేమిటో... ఏమయినా కోరిక ఉంటేకూడా కోరుకో.తీరుస్తాను!"

"విధాతా, పితామహా, పరమేష్టీ ఇంకా... ఆ... చతుర్ముఖా, లోకేశా, హిరణ్యగర్భా, కమలాసనా... అబ్బో ఇంకా చాలా ఉన్నాయ్!" మళ్ళీ తనే కొనసాగిస్తూ, "నాకేం కోరికలుంటాయ్ స్వామీ... కోరకుండానే అన్నీ ఇచ్చావు... ఆ... మిమ్మల్ని ఏ పేరుతోనయినా పిలవచ్చు కదా, స్వామీ!"

"ఎలా పిల్చినా పలుకుతానుగాని... కోరికలేం లేవా? అయితే వెళ్ళిపోయేదా మరి!"

"అయ్యయ్యో...ఉండండి కమలాసనా! మీరడిగితే బిడియపడ్డానంతే... మనిషై పుట్టాక కోరికలుండకుండా ఉంటాయా స్వామీ!"

"అవి ఏమిటో మరి... త్వరగా చెప్పు... అవతల నాకు బోల్డన్ని పన్లున్నాయ్!"

"అది స్వామీ! మగపిల్లవాడివాళ్ళు వస్తున్నారు పోతున్నారుగాని ఇంకా ఏదీ కుదరలేదని మా బామ్మ,అమ్మా, నాన్నా చాలా బాధపడుతున్నారు!"

"వాళ్ళ కోరికలా! వాటితో నాకు సంబంధం లేదు. నీకోరిక ఏదైనా ఉంటే చెప్పు. లేదా వెళ్ళిపోతాను!"

"విధాతా! వాళ్ళవంటే వాళ్ళవని కాదు... నాది కూడా... నాదని చెప్పటానికి కాస్త మొహమాటపడ్డాను. అంతే!" చిన్నగా గొణుగుతున్నట్లుగా అసలు విషయం బయటపెట్టింది వైశాలి.

"దేవుడిదగ్గరా, డాక్టరుదగ్గరా మొహమాటపడకూడదు, తెలియదా నీకామాత్రం!"

"తెలుసు పరమేష్టీ! డాక్టరు దగ్గరకయితే ఈ మాయదారి థైరాయిడ్లతో చీటికీమాటికీ వెళ్ళాల్సివస్తోంది... కానీ తమరిదగ్గరకంటే ఇదే మొదటిసారి కదా... అందుకే కొంచెం కంగారుపడ్డాను!" క్షమాపూర్వకమైన స్వరంతో అన్నది వైశాలి.

"సరే! అసలు విషయానికి రా!" అంటూ తొందర చేశాడు బ్రహ్మదేవుడు.

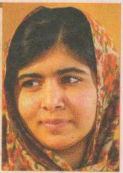
సఫారీ సవారీ ఇష్టం

పాలరాతి బొమ్మలా, గులాబీపువ్వంత సుకుమారంగా, అందంగా ఉండే అమీజాక్సన్ రోజా పువ్వుల ఫ్లేవర్ ఫుడ్ ఏదైనా చటుక్కున తినేస్తుందట- ఈ విషయాన్ని ఆమే స్వయంగా చెప్పుకున్నది. "రోజ్‌ఫ్లేవర్ గల ఏ ఆహారపదార్థం అయినా నాకు అమిత ఇష్టం.

అంతేకాదు,నా గురించి తెలియని మరో రెండు విషయాలు ఉన్నాయి. నా చిన్నతనంలో హాలీవుడ్ హీరో రాక్ అంటే అమిత ఇష్టం. ఓ రకంగా చెప్పాలంటే క్రష్ ఉండేదన్నమాట.

సఫారీలో సవారి అంటే మరీ ఇష్టం. ఎంత బిజీగా ఉన్నా సంవత్సరంలో ఒక్కసారైనా సఫారీ సవారికి వెళ్ళితీరాల్సిందే" అని తెలిపింది.

"చతుర్ముఖా! మొన్న చూచి వెళ్ళిన సంబంధం వాళ్ళు ఇంకా నేను నచ్చినట్లుగా కబురు చేయలేదు" నసిగింది వైశాలి.



ఆడవారిని గౌరవించే మగవారిలా ఎదిగే మగపిల్లలను తయారుచేయాలి.

-మలాలా యూసఫ్‌జై, నోబెల్ విజేత

"చేస్తారులే!.. చూసి వెళ్ళి వారమే కదా అయింది. మగపిల్లవాడివాళ్ళు ఆ మాత్రం ఆలస్యం చేయకపోతే ఏం గొప్పగా ఉంటుంది.... చెప్పు!"

"ఇప్పుడు 'ఊఁ' చెబితేనే శ్రావణమాసానికన్నా పెళ్ళి చేయవచ్చని నాన్న అనుకుంటున్నారు. ఇప్పటికే ఇరవై ఆరుసంవత్సరాలు నిండాయికదా! అమ్మకూడా ఆందోళనపడుతోంది. అందుకే అలా అడిగాను!"

"ఇరవై ఆరే కదా! ఎందుకు తొందరపడతావ్!" ఈసారి సూటిగా ప్రశ్నించాడు బ్రహ్మ.

"లోకేశా! నాతోపాటు చదువుకున్నవాళ్ళలో చాలా మందికి ఇప్పటికే పెళ్ళిళ్ళు అవ్వటమే కాకుండా కొందరికయితే ఒకరిద్దరు పిల్లలు కూడా పుట్టేశారు!" ఆ మాట చెబుతూ ముఖమంతా ఎర్రబడగా సిగ్గుపడుతున్నట్లుగా తలవంచుకున్నది వైశాలి.

"అయినా ఇంకా పెళ్ళికాని పిల్లలు చాలామంది ఉన్నారుగా!" లా పాయింటు తీశాడు బ్రహ్మ.



"పెళ్ళైనవాళ్ళు ఎక్కడన్నా ఎదురయితే వాళ్ళు సంధించే ప్రశ్నలకు సమాధానం చెప్పలేక చస్తున్నాను స్వామీ...!" అప్పటివరకూ ఆయనతోటి మాట్లాడటంతో చనువు పెరిగి లెక్కకు లెక్క చెప్పినట్టుగా అంది వైశాలి.

ఇంకా కొనసాగిస్తూ, "వారం పదిరోజులనాడు అదే... సుబ్బలక్ష్మి తెలుసుగదా స్వామీ... ఆంజనేయ స్వామి గుళ్ళో కన్పించి, గారపళ్ళేసుకుని, 'ఇంకా ఏ సంబంధం కుదరలేదా' అంటూ సూటిగా మొహమాటం లేకుండా అడిగింది.

అక్కడికి దానికొక్కతికే పెళ్ళి అయినట్లు... అది ఇంకా నెలలో మూడున్నర వారాలు పుట్టింట్లోనే ఉంటుంటుంది. ఆంజనేయస్వామికి పదకొండు ప్రదక్షిణాలు చేయటానికి వచ్చింది.

గుట్టుచప్పుడు కాకుండా వచ్చిన పనేదో చూసుకోవచ్చుగా... ఆహా! లే!... దానికి ఎప్పుడూ వేరే వాళ్ళ విషయాలే కావాలి!" అంటూ సుబ్బలక్ష్మిమీద ఫిర్యాదు చేస్తూ చెప్పింది వైశాలి.

బ్రహ్మ వినీవిననట్లు ఊరుకున్నాడు.

"నాతో చదువుకున్న ఆ విజయ తెలుసుగా మీకు చతురాననా!...దానికి పొట్టపొడిస్తే అక్షరంముక్క బయటకు రాదు, అదీ ఏం ఎరగనట్టు, 'మీ అత్తారిది ఏ ఊరు, వైశాలీ?' అంటూ నంగనాచిలా అడిగింది...

అయినా ఆడదయి ఉండి నన్ను చూస్తే పెళ్ళి అయిందీ లేందీ తెలుసుకోలేదా... విరగబాటు కాకపోతే!" అక్కసుగా అంది.

"పోన్లే! వాళ్ళని పక్కకి పెట్టు... మొన్నామధ్య సినిమాహాల్లో కన్పించాడే... అతను మంచిగానే మాట్లాడాడు కదా! వాడు..."

"సాంబిగాడా స్వామీ! వాడు ఏం మాట్లాడాడు. పక్కనే ఉన్న పెళ్ళాం, పిల్లల్ని చూపిస్తూనే జిడ్డుకారే ముఖం వేసుకుని నన్ను తినేసేలా చూశాడు. ఇక వాళ్ళావిడైతే, మీకెంతమంది పిల్లలండీ? అని అడిగింది...

మీరేమన్నా అనండి స్వామీ! అక్కడే మూతి పళ్ళు రాలకొట్టబుద్ధయింది. పక్కనున్న నా స్నేహితురాలు అక్కడనుండి బలవంతాన పక్కకు లాక్కొచ్చింది కాబట్టి సరిపోయిందిగాని!"

"అలాగా! ఆ విషయం వదిలెయ్... మరి శ్రీనివాస్ సంగతేం చేస్తావ్?" అన్నాడు బ్రహ్మ.

"వాడా వాడు... ఒకరోజు సూపర్‌బజార్లో కన్పించి,

ఎక్కడ ఉద్యోగం చేస్తోంది, ఎంత జీతం వస్తోంది, ఇంట్లోవాళ్ళ విషయాలు అవీ ఇవీ చెప్పాడు.

ఆ చివర్లో వెళ్తూ... దగ్గరకు రండి హిరణ్యగర్భా! ఇది రహస్యం అందరూ వింటారు!"అన్నది వైశాలి.

"పర్లేదులే చెప్పు! నువ్వు ఎంత చిన్నగా చెప్పినా నాకు విన్పిస్తుంది!" అన్నాడు బ్రహ్మ.

"వెళ్తూ వెళ్తూ... వాడికి డిగ్రీ చదివే రోజులనుండి నేనంటే చాలా ఇష్టమని చెప్పాడు!" సిగ్గుతో మెలికలు తిరిగిపోతూ చెప్పింది వైశాలి.

"నువ్వేమన్నావ్?" అడిగాడు బ్రహ్మ.

"నేనేం మాట్లాడకపోయేసరికి మర్నాడు ఇంకో స్నేహితుడి ద్వారా కబురు చేశాడు.. నాకిష్టమయితే తను పెళ్ళిచేసుకుంటానని!"

"మరి సరేనని చెప్పాల్సింది... వాడు నీకు నచ్చలేదా?" అడిగాడు బ్రహ్మదేవుడు.

"అదేం కాదు స్వామీ! బాగానే ఉంటాడు... వాడు చెప్పిన వివరాలు బాగానే ఉన్నాయ్... అయినా నాకే ఎందుకో సరే అని చెప్పాలనిపించలేదు.

అయినా నాన్నే నాకు సరిపోయే మంచివాడిని చూస్తాడనే నమ్మకం నాది!

నాకేది మంచో నాకన్నా ఆయనకే బాగా తెల్సు. ఇంక నేను ఎందుకు స్వంత నిర్ణయాలు తీసుకుని ఆయన్ను బాధపెట్టటం... అలా చేయటం నాకు ఇష్టం లేదు"



"నువ్వెంతో మంచిదానివి, అమాయకురాలివి వైశాలీ!... అన్నట్లు గాయత్రి కన్పించి బాగానే మాట్లాడింది కదా" జాలిచూపుతున్నట్లుగా అన్నాడు బ్రహ్మదేవుడు.

"అందరికంటే అదే నయం స్వామీ! కాలేజీలో ఉన్నప్పుడు మూగమొద్దులా ఒక్కమాట మాట్లాడేది కాదుకాని... అదే ఇప్పుడు... 'మేం తొందరగా పెళ్ళి చేసుకుని ఒరగబెట్టిందేంలేదు...

పిల్లల్ని కనడంతప్పించి... నాలుగు రోజులు ఆలస్యమయినా మీ నాన్న నీకు మంచి సంబంధం చూసి చేస్తాడు, నువ్వు ఏం దిగులు పడబోకు' అని పెద్ద ఆరిందలా ఓదార్చింది కూడాను...

అయినా అన్నానంటే అన్నానంటారు కానీ, అది ఎలా ఉంటుంది స్వామీ?" అడిగింది వైశాలి.

"ఏం ఎందుకలా అడిగావు, బాగానే ఉంటుంది కదా!" అన్నాడు బ్రహ్మదేవుడు.

"బాగానే ఎక్కడ ఉంటుంది స్వామీ! నల్లగా, పీలగా, పిలకజుట్టేసుకుని...

ముఖంలో పిసరంత కళలేదు... శరీరంలో చెంచా కండలేదు... అయినా దానికీ పెళ్ళయి నాలుగు సంవత్సరాలు దాటింది" మళ్ళా తనే, "అదే నేనయితే కాస్తో కూస్తో బాగానే ఉంటాను. నా ముఖంలో లక్ష్మీకళ ఉట్టిపడుతుంటుందనుకోండి!" చివర్లో మాటలు చిన్నగా అంటూనే-

"అయినా నాకు ఎందుకు స్వామీ ఇంతవరకూ ఏ సంబంధం కుదరలేదు!" ప్రశ్నిస్తున్నట్లుగా బాధగా అడిగింది.

"ఫలితాలు ఎప్పుడూ పూర్వ జన్మలో చేసుకున్న పాపపుణ్యాలనుబట్టి ఉంటాయ్!" అన్నాడు బ్రహ్మ.

"అయితే ఎప్పటికయినా నాకో సంబంధం కుదురుతుందంటారా దేవా?"

"అవన్నీ దేవరహస్యాలు బాలికా! నువ్వడగకూడదు, నేను చెప్పగూడదు... చేయవల్సిందల్లా ఎవ్వరికీ చెడుచేయకుండా,మంచిమనసుతో బాధ్యతనెరిగి వీలయినంత మంచి చేయాలంతే.

ఈ సూత్రాన్ని అలవాటు చేసుకుని జీవితానికి కట్టుబడి ఉండాలి. అప్పుడు అంతా మంచే జరుగుతుంది. జీవనం సుఖమయమవుతుంది!" అంటూనే జీవితరహస్యం రెండు ముక్కల్లో తేల్చి చెప్పాడు బ్రహ్మదేవుడు.

"ఇక నుండి జాగ్రత్తగా అలాగే బ్రతుకుతాను కానీ మరి ఆ సంబంధం కుదిరేలా" అని వైశాలి చెప్పబోతుండగానే పెద్ద గొంతుక వినిపించింది.

"రాత్రి నుంచి ఈ రోజు పెందలాడే లేవాలని మొత్తుకున్నా... బారెడు పొద్దెక్కినా ఇంకా ముడుచుకుని హాయిగా పడుకునే ఉన్నది.

తెల్లారి ఐదింటికల్లా ఏసీ ఆపమని చెప్పినా వింటేనా!" అంటూనే అనసూయమ్మ పెద్ద గొంతుకతో అరవడం మొదలుపెట్టింది.

దాంతో ఒక్కసారిగా మెలుకువ వచ్చిన వైశాలికి రాత్రి కలలో జరిగిందేమిటో ప్రస్తుతం కళ్ళముందున్నదేమిటో అర్థంగాక, "బామ్మా! నువ్వు ఇక్కడ... ఎలా?" అంటూ అయోమయంగా చూడసాగింది.

"ఏవే... నన్నప్పుడే గోడకెక్కించేశావా! అయినా నీ పెళ్ళి, నీ తమ్ముడి పెళ్ళి అయి మునిమనవళ్ళను, మనవరాళ్ళను చూడకుండా నేనెక్కడికిపోతానే... రాత్రి పొద్దుపోయేవరకూ ఆ పనికిరాని సినిమాలు, సీరియళ్ళు చూడొద్దంటే వింటేకదా... సర్లే పద! లేచి తొందరగా తయారవ్వు!" మనవరాలిని తొందర పెడుతూ అంది అనసూయమ్మ.

"ఏం తయారవకుండా పెడితే వడియాలు ఎండ నన్నాయా!"

ఈసారి పూర్తిగా మెలుకువ వచ్చేసరికి అనసూయమ్మకు ధీటుగా సమాధానమిచ్చింది వైశాలి.

"అది కాదే! నా మతిమండ... అసలు విషయం నీకు చెప్పనే లేదు కదూ... మొన్న చూసి వెళ్ళిన మియాపూరు సంబంధం వాళ్ళు పిల్లవాడిని తీసుకుని మరోసారి వస్తున్నామని కబురుచేశారు రాత్రి పొద్దుబోయింతరువాత... చూడబోతే నువ్వు వాళ్ళకు నచ్చినట్లే ఉన్నావ్... అవతల మీ అమ్మ హడావుడిపడుతోంది. ఏ దేవుడు కరుణించాడో పద తొందరగా తయారవు!" అంటూ సంతోషంగా చెప్పింది అనసూయమ్మ.

'ఏ దేవుడో ఏంటి... సాక్షాత్తు ఆ బ్రహ్మదేవుడే!' రాత్రి వచ్చిన ఆ కల మదిలో మెదులుతుండగా మనసులోనే అనుకున్నది వైశాలి.

విభిన్నతకే ప్రాధాన్యం

ఏదో కేటగిరి ట్యాగ్ తనకు ఏమాత్రం ఇష్టం లేదని అవకాశం దొరికినప్పుడల్లా రాశీఖన్నా చెపుతుంటుంది. 'టచ్ చేసి చూడు', 'తొలిప్రేమ'లకు రెడీగా ఉన్న రాశీఖన్నా 2017 ఓ నటిగా గర్వించతగ్గ సంవత్సరమని చెప్తోంది.

"కమర్షియల్ చిత్రాలతో గ్లామరస్ పాత్రలతో ప్రేక్షకులను అలరిస్తూనే నటిగా మెప్పించగల్గుతున్నాను. మలయాళంలో గత యేడాది అడుగు పెట్టాను. 'విలన్' చిత్రం నేను విభిన్న జోన్‌లోకి వెళ్ళేలా చేసింది.

'తొలిప్రేమ'లో వర్ష పాత్ర నేను ఎప్పటినుంచో కోరుకుంటున్నది" అంటూ చెప్పుకొచ్చింది.



సైనికదళాలలో చేరనందుకు నేను ఇప్పటికీ ప్రతిరోజూ బాధపడుతుంటాను.

-గౌతమ్ గంభీర్, క్రికెటర్



Model : SORENA B. Photography : SIMON CLAYS Courtesy : TRAVEL+LEISURE



Courtesy : Vanitha

చెప్పలేకపోతున్నారా?

అభిమానంవల్లకాని, అనుబంధం అయితేనేమి, మొహమాటం అడ్డురావడంవల్లనో, ఇంకొన్ని సార్లు భయసందేహాలవల్లనైతేనేమి కాదు, కూడదు అని చెప్పాలంటే ఆ చిన్నమాట గొంతు దాటదు, పెదవి విప్పలేరు, చెప్పలేరు.

'నో' అన్నమాట చెప్పాలంటే ఎంతో కష్టంగా, క్లిష్టంగా పీలవుతుంటారు.

ఎవరైనా సాయం అడగ్గానే చెయ్యడం కష్టమని తెలిసినా బుర్ర గుండ్రంగా ఊపేస్తారు. ఇలా 'నో' చెప్పడం తెలియనివారి చెంతకు వెళ్ళి సాయంఅడిగే వారే ఎక్కువ. ఏ సమస్య ఎదురైనా, ఏ కష్టం కల్గినా ఇటువంటివారిని కోరితే తప్పకుండా చేసిపెడతా రన్న ఓ నమ్మకం ఎదుటివారిలో ఉంటుంది. ఇదంతా మంచి గుణం, చక్కని లక్షణమే.

తోటివారికి సాయపడాలన్న ధోరణి సముచిత మైనదే. కాని మొహమాటానికి పోయి సరేనని చిక్కులు తెచ్చుకోకూడదు. ఎదుటివారికి 'సరే' చెప్పి తాను ఇబ్బందుల్లో ఇరుక్కోకూడదు.

'నో' చెప్పకుండా తనలోని మంచిని ఎదుటివారికి పంచాలనుకోవడం అన్నిసార్లూ కరెక్ట్ కాదు. కష్టాల్లో ఉన్నవారిని ఆదుకోవడం వేరు, కుదరనివాటికి 'కాదు' అని చెప్పలేకపోవడం వేరు. ఇటువంటి పరిస్థితిని తప్పనిసరిగా, ఖచ్చితంగా మెరుగుపరుచుకోవాలి. అందుకు మార్గాలు వెతుక్కోవాలి.

స్మార్ట్‌గా 'నో' చెప్పే కళను అభ్యాసం చేయాలి. ముందుగా ఎందుకు, ఏ పరిస్థితుల్లో చెప్పలేక పోతున్నామన్న కారణాలను విశ్లేషించుకోవాలి.

స్వీయ సమస్యలు : ఎవరైనా సహాయం అడిగి నప్పుడు అది తనకు సమస్యలు సృష్టించగలదన్న సంగతి గ్రహించకుండా ఎప్పుడు అడిగినా సాయం చేయడానికి అంగీకరించే నైజం ఉండడమే 'నో' చెప్ప లేకపోవడానికి కారణం.

ఎంత పని చేయాల్సివున్నా, అనారోగ్యం ఉన్నా సమయాన్ని అంతా వృథాచేసుకోవడానికి, ఇతర విషయాలపై శక్తి వినియోగించడానికి సిద్ధమయి పోతుంటారు. ఇటువంటి ధోరణిని మెరుగుపరుచు కుని, స్వంత ఇబ్బందుల్ని విశ్లేషించుకుంటూ 'నో' చెప్పగల సామర్థ్యాన్ని ప్రాక్టీస్ చేయాలి.

దగ్గరివారు : సన్నిహిత బంధుమిత్రులు అన్న కారణంతో మరో ఆలోచన చేయకుండా, వారేమైనా అనుకోగలరన్న మొహమాటంతో, కాదంటే నొచ్చు కుంటారేమోనన్న భయంతో ఎంత కష్టమైనా అంగీ కరిస్తారు. సన్నిహితులే అయినప్పుడు మృదువుగా సమస్య చెప్తే అర్థంచేసుకుంటారు.

కాదంటే నొచ్చుకుని దూరమయ్యేవారికి ఇబ్బంది పడి సాయపడనక్కర్లేదని గుర్తించాలి.

అనుకునికూడా : 'నో' చెప్పలేక ఇబ్బందిపడిన పరిస్థితులను సమీక్షించుకుని ఇకపై అలా చెయ్యకూడ దని భావిస్తూ ఎలా కాదనాలో పదేపదే రిహార్సల్స్ చేసుకుని, మనస్సును అందుకు సిద్ధం చేసుకుం టారు. కాని, వాస్తవంలోకి వెళ్ళాక, పరిస్థితి మళ్ళీ మొదటికే వస్తుంది. 'నో' అన్నపదం స్థానే 'ఎస్' అన్న మాటే వినపడుతుంది. అంత అవసరమా? మళ్ళీ మళ్ళీ ప్రాక్టీస్‌చేస్తూ, మనస్సులోని మాట చెప్పే ప్రయత్నం సాగించక తప్పదు.

తప్పని తెలిసినా : ఇటువంటి ఉదార, మొహ మాట ధోరణి ఏదో ఒకనాడు ఇబ్బందులకు గురి చేస్తుందని తెలిసినా పర్సు ఖాళీ చేసు కుంటూనే ఉంటారు.

నలుగురితో కలసి లంచ్‌కు వెళ్ళినా ఇటువంటి ధోరణి గలవారి చెయ్యి బిల్లు చెల్లించడానికి ముందుంటుంది. స్వంత ఆర్థిక ఇబ్బందులకు ఓర్చుకుంటూ, ఇలా చెయ్యాల్సిన అవసరం ఉందా?

అమలుచేయాలి : ప్రతి ఉదయం నిద్ర లేస్తూనే 'నో' చెప్పాలని మనస్సుకు పదేపదే చెప్పుకుంటారు. కాని ఆచరణలో చేసుకున్న తీర్మానం వీగిపోతుంది. ఇదంతా దైనందిన కార్యక్రమంలో భాగం అయి పోతుంటుంది. ఎక్కడో దగ్గర ఫుల్‌స్టాప్ పెట్టితీరాలని భావిస్తూ గట్టిగా వ్యవహరించాల్సిందే.

నొప్పించకూడదని : ఎవరో నొచ్చుకుంటారని తనను తాను నొప్పించుకోవడం సమంజసం కాదు. 'నో' చెప్పేశాక ఎదుటివారు ఎటువంటి జడ్జిమెంట్లు ఇస్తారోనని భయపడడంలో అర్థం లేదు.

'నో' చెప్పి చెడు అవడంకంటే కష్టమైనా సాయం చేసి మంచిఅనిపించుకుందామనుకునే ధోరణి ఎంత మాత్రం సమంజసంకాదు. ఇలా చాలామందికి చాలా సార్లు 'నో' చెప్పలేక 'ఎస్'చెప్పి సమస్యల్లోకి స్వయంగా నెట్టుకోవడంవల్ల జీవితం రానురాను దుర్భరమవు తుంది. సంతృప్తికి స్థానం దక్కదు. పైగా ప్రతి ఒక్క రికీ ఒకేసారి అవుననిచెప్పి, న్యాయంచెయ్యలేక మరో రకంగా ఒత్తిడిపడి ఉక్కిరిబిక్కిరవుతారు.

ఇన్ని ఇబ్బందులకు దారితీసే 'నో'చెప్పలేనిధోరణికి స్వస్తిపలికే మార్గాలను ప్రతిరోజూ, ప్రతిసారీ ప్రయ త్నించడం అనివార్యం, అవసరం. కష్టంలోఉన్నవారికి చేయూత ఇవ్వాలి. నిజమే- కాని ఇక్కడ 'తనకుమాలిన ధర్మం'అన్నసూత్రాన్ని గుర్తెరిగి వ్యవహరించాలి.

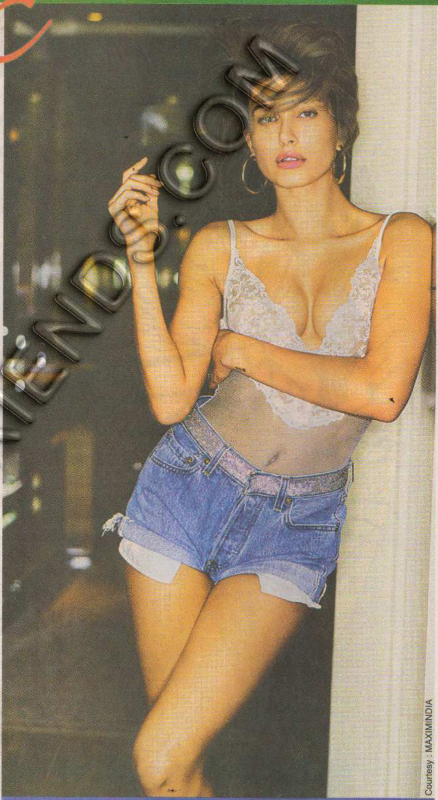
కాదని చెప్పినా

ఏదోక రకంగా కష్టపడి లేదని చెప్ప డమో లేదా అడిగేవారిని తప్పించుకోవ డమో చేసినా, వాళ్ళు మళ్ళీ తారసపడి అమాయకంగా, నీరు నిండిన కళ్ళతో అడిగితే చేసిందంతా వృథా అయిపోయి మళ్ళీ కథ మొదటికే వస్తుంది.

ఇటువంటి పరిస్థితి తలెత్తకుండా జాగ్రత్తపడాల్సిందే.



Sex AND సైకాలజీ



Sex is emotion in motion

కె.ఎమ్. కాకినాడ

కొందరి అంగం పెద్దదిగానూ, మరికొందరి అంగం చిన్నదిగానూ ఉంటాయి కదా. ఆ రకంగానే స్త్రీ యోని లోతుల్లో తేడా ఉంటుందా? దంపతులలో సెక్స్ విషయంలో అసంతృప్తులకి జననేంద్రియాల్లోని ఈ హెచ్చుతగ్గులు కారణమా?

పురుషాంగం పరిమాణంలో 1-2 అంగుళాలు తప్ప పెద్ద తేడా ఏమీ ఉండదు. స్త్రీ యోని కూడా దాదాపు ఒకటేలాగా ఉంటుంది. అంగపరిమాణాన్ని బట్టి సాగేవిధంగా యోని నిర్మాణం ఉంటుంది. అందుకని జననేంద్రియాల హెచ్చుతగ్గులనుబట్టి అసంతృప్తి కలగడం అనేది ఉండదు.

బి.ఆర్. సికింద్రాబాద్

ఇటీవల కాలంలో నాకు అంగస్తంభనలు స్ట్రాంగ్‌గా ఉండటంలేదు. ఒక సెక్స్ స్పెషలిస్ట్ దగ్గరకి వెళితే పురుషాంగంలో నరాలు వీక్ అయిపోయాయని, కరెంటు పెట్టాలని పదివేలు ఖర్చవుతుందన్నాడు.

కరెంటు పెట్టించుకుంటే నరాలు బలం పుంజుకుంటాయా? పదివేలు ఇవ్వడానికి ఫర్వాలేదుగాని కరెంటు అంటే భయం వేసి వచ్చేశాను.

కరెంటువలన ఫలితం ఉంది అంటే ధైర్యంచేసి పెట్టించుకుంటాను. ఏం చేయమంటారు?

కరెంటు వైద్యం అనేది అర్థం లేనిది. దానివల్ల ఎటువంటి ప్రయోజనం ఉండదు. సెక్స్ స్పెషలిస్ట్ చెప్పిన మాటలో ఏమాత్రం నిజం లేదు. ఇటువంటి వాళ్ళు అబద్ధాలు చెబుతూ జనాన్ని దోచుకుంటారు. అంగం గట్టిపడకపోవడానికి రకరకాల కారణాలు ఉంటాయి. కారణాన్నిబట్టి చికిత్స చేయాలి. కారణం ఏదైనప్పటికీ కరెంటు వైద్యం అనేదిమాత్రం ఒట్టిది. దానివల్ల ఎటువంటి ప్రయోజనం లేదు.

కె.ఎస్. కాళహస్తి

స్త్రీలు బ్రహ్మచర్యం పాటిస్తే ముఖంలో కళ పెరుగుతుందా? బ్రహ్మచర్యంవల్ల ఫలితమనేది కేవలం పురుషులకేనా, స్త్రీలకు కూడా ఉంటుందా? బ్రహ్మచర్యం వల్ల ఆయుష్షు, ఆరోగ్యం బాగా పెరుగుతుందా? పెళ్ళయినవాళ్ళకంటే బ్రహ్మచర్యం అవలంబించే వాళ్ళు చాలా ఆరోగ్యంగా కనబడతారా?

బ్రహ్మచర్యంవల్ల ఎటువంటి ప్రయోజనం లేదు. బ్రహ్మచర్యంవల్ల ఆయుష్షు, ఆరోగ్యం పెరుగుతుంది అనుకోవడం కేవలం అపోహమాత్రమే.

బ్రహ్మచర్యం అవలంబించేవాళ్ళ ముఖంలో ప్రత్యే

అనుమానం మాని అసలు విషయం తెలుసుకోండి

ఇరవై ఏళ్ళపాటు సంసార జీవితం ఎంతో హుషారుగా సాగింది. కాని ఏమిటో ఈమధ్య సెక్స్ పట్ల అంతగా మనసు పోవటంలేదు.

సెక్స్‌ని ఆనందించలేకపోతున్నాను అని దంపతులిద్దరిలో ఏ ఒక్కరైనా అనుకుని,దానికి కారణంతమ మధ్య తగ్గిన ఆకర్షణ, బలహీనపడిన బంధం అనే అభిప్రాయానికి వస్తున్నారా... ఒక్కక్షణం ఆగండి.

అటువంటి నిర్ణయానికి త్వరపడి వచ్చేముందు మీ ఆరోగ్యం గురించి, అందునా మధ్యవయసులో వచ్చే డయాబెటిస్ గురించి తెలుసుకోండి.

అసలు సమస్య వదిలి అనవసరపు అనుమానాలు పెంచుకుంటారు చాలామంది. మరెవరిమీదో మనసుపడుతున్నారనే తీవ్రమయిన ఆరోపణదాకా వెళతాయి మాటలు. చివరికి అది డయాబెటిస్‌తో ఏర్పడిన ఇబ్బంది అని తెలిసి తామెంత తప్పుచేశామని చింతించాల్సిన పరిస్థితి వచ్చింది.

డయాబెటిస్ మధ్యవయసులో వచ్చే ఇబ్బంది. కాని ఆ విషయం త్వరగా గుర్తించరు. గుర్తించినా దాని ప్రభావం సెక్స్‌మీద పడుతుందని అర్థంచేసుకోరు. తమలో వచ్చిన సెక్స్‌పరమయిన తేడాకు డయాబెటిస్ కారణమని చర్చించే ఆడవారు ఇరవై శాతం మించటంలేదు. పురుషులు దాదాపు ఏభై శాతం తమ డయాబెటిక్ సెక్స్ గురించి వైద్యుల దగ్గరికి వెళుతుంటారు.

డయాబెటిస్ నియంత్రణ లోపించినప్పుడు సెక్స్ కోర్కెలు తగ్గిపోతాయి. పురుషులలో డయాబెటిస్ వల్ల టెస్టిస్టిరోన్ హార్మోన్ స్థాయి పడిపోయి సెక్స్ కోర్కెలూ చంపుతుంది. స్త్రీలలో డయాబెటిస్‌వల్ల సెక్స్ కోర్కెలు తగ్గవచ్చును లేదా ఇతర హార్మోన్‌ల సమస్యలు జత అవవొచ్చు.

డయాబెటిస్ వచ్చిన పురుషులలో అంగస్తంభన సమస్య వస్తుంది. స్తంభించిన అంగం నిలిచివుండటం సమస్య అవుతుంది. డయాబెటిస్‌వల్ల నాడులు దెబ్బతిని, పురుషాంగంలోకి ప్రవహించే రక్తంలో తేడా వస్తుంది. ఆడవారిలో ఇదే జబ్బువలన యోనిలో ద్రవాలు ఊరటం తగ్గుతుంది.

స్త్రీలలో యోనిభాగం ఎండినట్టు అవటం డయాబెటిస్‌వల్లనా లేక మరేదైనా కారణమో స్త్రీలు పరీక్ష చేయించుకుని నిర్ధారణ చేయించుకోవాలి. చక్కని సెక్స్‌కి లభించే బహుమతి భావప్రాప్తి. అయితే డయాబెటిక్ రోగులు అందుకోలేరు ఆ బహుమతిని. డయాబెటిస్ రాకముందు వారు అనుభవించిన సెక్స్‌కి, ఆ తర్వాతి సెక్స్‌కి ఉన్న తేడా వారెవరినడిగినా చెప్తారు.



డా॥ జి. సమరం

డయాబెటిస్‌కి గురయిన ఏనభైశాతం మంది మహిళలు భావప్రాప్తికి చేరటంలో చాలా ఇబ్బందిపడుతున్నామని చెపుతుంటారు. దీనికి కారణం భావప్రాప్తికి అవసరమైన నాడులు, రక్తప్రసరణ అంశాలలో డయాబెటిస్‌వల్ల ఏర్పడిన అడ్డంకులు. ఇటువంటి భావప్రాప్తి ఆనందమే మగవారికి కరువవుతుంది.

పురుషులకు కలిగే మరో ఇబ్బంది అంగంలోపల ఏర్పడే చిన్న మచ్చవంటిది. పైరోనీస్ డిసీజ్ అనే దీనివల్ల పురుషాంగ స్తంభన బాధాకరంగాఉంటుంది. యోనిలో ద్రవాలు ఊరనపుడు అంగప్రవేశంవలన బాధ కలుగుతుంది. ఆనందపు ధ్వనులబదులు బాధతో కూడిన కేకలొస్తాయి ఆమె నోటినుండి.

డయాబెటిస్ వచ్చిన స్త్రీలలో యోనిలో సూక్ష్మజీవులు చేరటం, మూత్రనాళ ఇన్ఫెక్షన్స్ రావటం జరుగుతుంటుంది. ఇదికూడా బాధాపూరిత సెక్స్‌కి దారితీస్తుంది.మధ్యవయసు దంపతులకు సెక్స్ సమస్యలు ఏర్పడినా, సెక్స్‌లో తగినంత తృప్తి లభించకున్నా అనవసరంగా ఒకరిమీద మరొకరు అనుమానం పెంచుకోకండి.

అసలు కారణం తెల్సుకుని చక్కదిద్దుకుని, డయాబెటిస్‌ని అదుపులో ఉంచి ఆరోగ్యకర, ఆనందకరమైన సంసార జీవితాన్ని కొనసాగించేవిధంగా ఒకరికొకరు సహకరించండి. ◆

కంగా కళ ఏమీ కనబడదు. బ్రహ్మచర్యంవల్ల స్త్రీలల్లో కంటే పురుషులలో ఎక్కువ ఫలితం ఉంటుందని అనుకోవడంకూడా అపోహే.

చక్కని ఆహారం తీసుకుంటూ శారీరక వ్యాయామం చేస్తే, మానసికంగా ప్రశాంతంగా ఉంటే బ్రహ్మచారులకంటే గృహస్తులే చాలా ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. ముఖంలో చక్కని గ్లోకూడా ఉంటుంది. బ్రహ్మచర్యం వల్ల ఎటువంటి ప్రయోజనం లేదు.

ఎ.ఎస్.కె. *గుంటూరు*

నేను ఒక వేశ్యతో సెక్స్‌లో పాల్గొన్నాను. నాతో పాటు నా స్నేహితుడు కూడా ఆమెతో సెక్స్‌లో పాల్గొన్నాడు. ఆమెకు గనేరియా ఉందని ఎవరో అతనితో అన్నారట. నాకూ గనేరియా వ్యాధి వస్తుందంటారా? గనేరియా వ్యాధి లక్షణాలు ఎలా ఉంటాయి?

గనేరియా వ్యాధి ఉన్న స్త్రీతో సెక్స్‌లో పాల్గొంటే 2-3 రోజుల్లో మూత్రం మాటిమాటికీ రావడం, మూత్రవిసర్జన సమయంలో మంటగా అనిపించడం, శిశ్నందగ్గర దురద అనిపించడం, నలపడం, మూత్రనాళంనుండి పసుపుపచ్చగా చీముకారడం ఉంటాయి. గనేరియా వ్యాధి లక్షణాలు కనబడగానే ఎజిత్రోమైసిన్-1000 మి.గ్రా. బిళ్ళ ఒకటి వేసుకుంటే వెంటనే వ్యాధి లక్షణాలు తగ్గిపోతాయి.

ఆలస్యం చేసినకొద్దీ వ్యాధి క్రిములు పైకి పాకి టెస్టికల్స్ వాచడం, మూత్రకోశంలోకి ఇన్‌ఫెక్షన్‌చేరడం, పొత్తికడుపులో నొప్పి అనిపించడం ఉంటాయి.

జి.ఎమ్. *కరీంనగర్*

నాకు నగ్న చిత్రాలు అంటే ఎంతో మోజు. నేను నెట్‌లోకి వెళ్ళి పోర్నో బొమ్మలు చూస్తాను. నగ్నంగా ఉన్న ఆడవాళ్ళ బొమ్మలు చూసి రెచ్చిపోతాను. నాకు ఇటీవలే పెళ్ళి అయింది. నా భార్యలో ఎటువంటి లైంగిక స్పందనలు లేవు. ఒట్టి తుమ్మమొద్దులాగా పడుకుంటుంది. నగ్నంగా ఉన్న పురుషుల చిత్రాలని చూపిస్తే లేదా పోర్నో వీడియోలని చూపిస్తే ఆమెలో మార్పు వస్తుందని అనుకున్నాను.

ఆ అభిప్రాయంతో ఆమెకు నగ్నంగా ఉన్న మగవాళ్ళ బొమ్మలని, స్తంభించిన పురుషాంగం బొమ్మలని చూపించాను. వాటిని కోపంగా నా ముఖానికి విసిరికొట్టింది. నాకు తెలియక అడుగుతున్నాను. నగ్న చిత్రాలు స్త్రీని ఆకర్షించవా?

నగ్న చిత్రాలు స్త్రీని ఆకర్షించవు. పైగా వాటిని చూస్తే జుగుప్స కలుగుతుంది. మీ శ్రీమతిలో సెక్స్ అంటే అసహ్యం ఉంది లేదా ఫ్రిజిడిటీ ఉంది. ఇటువంటి స్త్రీలకి కౌన్సిలింగ్ ద్వారా సెక్స్‌లో ఆసక్తిని కలిగించవచ్చు. ఒకసారి డాక్టర్‌ని కలవండి.

జె.కె. *రాజమండ్రి*

నేను ఒక అపరిచిత స్త్రీతో సెక్స్‌లో పాల్గొన్నాను. పురుషాంగం పూర్వచర్మంమీద పుండుపడింది. డాక్టర్‌కి చూపిస్తే సిఫిలిస్ పుండు అని మందిచ్చారు. నా స్నేహితుడితో నాకు వచ్చిన వ్యాధిగురించి చెబితే సున్తీ చేయించుకున్నవాళ్ళకి సిఫిలిస్ రాదన్నాడు. నిజమేనా? నేను అప్పుడప్పుడు వేశ్యలతో కలుస్తాను. సున్తీ చేయించుకుంటే నేను సేఫ్‌గా ఉండవచ్చా?

సాధారణంగా సిఫిలిస్ పుండు పురుషాంగంపూర్వచర్మంమీద ఏర్పడుతుంది. సున్తీ చేయించుకుని పురుషాంగం పూర్వచర్మం కట్‌చేయించుకున్నవాళ్ళకి సిఫిలిస్ పుండు శిశ్నంమీదగాని, దానివెనుకగాని ఏర్పడుతుంది. సున్తీ చేయించుకున్నమాత్రాన ఆ వ్యాధి సంక్రమించకుండా పోదు.

సున్తీ చేయించుకుంటే సిఫిలిస్ రాదని మీ స్నేహితుడు చెప్పిన మాటల్లో నిజం లేదు.

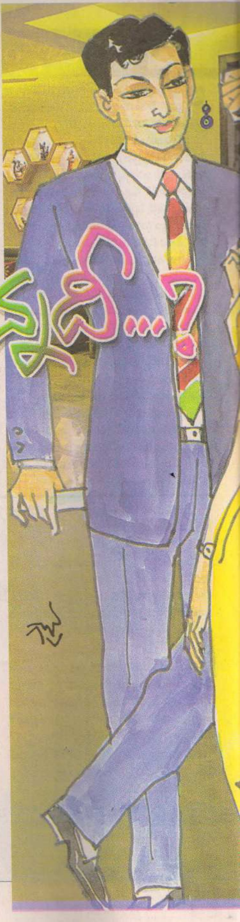
డా॥ జి. సమరం వాసవ్య నర్సింగ్‌హోమ్ బెంజిసర్కిల్ విజయవాడ 520 010 ఫోన్ 0866-2472370 E-mail drsamaram@hotmail.com www.gsamaram.com

“ఏస్ నాన్నగారూ!” అని భుజానికి హ్యాండ్ బ్యాగ్, వీపుమీద వయొలిన్ బ్యాగ్ తగిలించుకుని, కుడిచేత్తో ట్రాలీ సూట్‌కేస్‌ని లాగుతూ చెప్పిందామె. మిగిలిన లగేజ్‌ని తల్లీతండ్రీ కలిసి కారుడిక్కీలోకి చేర్చారు. అందరూ బయటకు వచ్చి కార్లో కూర్చున్నారు.

“నాక్కూడా నీతోపాటు బెంగళూరు వచ్చేయాలని ఉంది” నానమ్మచెప్పింది.
“నానమ్మా, నెక్ట్స్ టైమ్!” బొటనవ్రేలు పైకెత్తి చూపించి నవ్వింది.

సీరియల్

హృదయం ఎక్కడున్నదీ...?



“రెగ్యులర్‌గా ఫోన్ చేస్తూ ఉండు” పద్మావతి ఆ మాట చెప్పటం పన్నెండోసారి.

అయినా ఆమె బుద్ధిగా తలూపింది.

“వేళకి భోంచెయ్యి, డైటింగ్ అంటూ తిండి మానుకోకు! ఆ ల్యాప్‌టాప్ ముందు కూర్చుని రాత్రుళ్ళు ఎక్కువగా మేలుకోకు!” నానమ్మ చెప్పింది.

స్టేషన్ రావటంతో నలుగురూ కారు దిగారు. ముందుగా కారు డిక్కీ తెరిచి కారులోని సామాన్లన్నీ బయటకు దించుకున్నారు. శ్రీధర్ కార్‌ని పార్కింగ్ స్థలంలో పెట్టి వచ్చిన తర్వాత అందరూ కలిసి ప్లాట్ ఫాం మీదికి వెళ్ళారు.

చుట్టూ కోలాహలంగా ఉంది.

రకరకాల వెండర్స్, రైళ్ళ రాకపోకల గురించి వినిపిస్తున్న ప్రకటనలు, ఎలక్ట్రానిక్ డిస్‌ప్లేలో కనిపిస్తున్న బోగీల నెంబర్లు, ప్రయాణీకులు, వారికి వీడ్కోలు చెప్పటానికి వచ్చిన ఆత్మీయులు... అందరితో ఆ వాతావరణమంతా సందడి, సందడిగా ఉన్నా దిగులుని కూడా పుట్టిస్తోంది.

“రేపు సాయంత్రానికల్లా నీ బైక్ డెలివరీ ఇస్తారు. జాగ్రత్తగా తీసుకో! వన్ మోర్ థింగ్! అక్కడ నువ్వు క్యాష్ ఎక్కువగా వాడకు. వీలైనంతవరకు క్రెడిట్ కార్డ్ వాడు!” తండ్రి మరొకసారి గుర్తుచేశాడు.

అలాగే అన్నట్టుగా తలూపింది.

ఆమె ఎక్కాల్సిన బెంగళూరు ఎక్స్‌ప్రెస్ ప్లాట్ ఫాంమీదకి వచ్చింది. రెండు సూట్‌కేస్‌లని, ట్రాలీబ్యాగ్‌ని, రెండుకార్టన్ బాక్స్‌లని, వయొలిన్‌ని శ్రీధర్, యశస్విని కల్సి గబగబ లోపలికి చేర్చారు.

“ముందు వయొలిన్‌ని జాగ్రత్తగా పెట్టనీ” అంటూ ఆమె లగేజీని సర్దుకుంది.

“ప్రత్యేకంగా నీ వయొలిన్ పెట్టుకోవటానికి ఒక టికెట్ కొనుక్కున్నా బావుండేది” తల్లి టీజ్‌చేసింది.

“నాట్ బ్యాడ్ అయిడియా!” నవ్విందామె.

డాక్టర్ బొమ్మదేవర నాగకుమారి

గత సంచికలో ప్రారంభమైన హృదయం ఎక్కడున్నదీ... జరిగిన కథ

గులాబీ పూల మొక్కని యశస్వికి అందించి ‘నన్ను పెళ్ళిచేసుకుంటావా’ అని అడుగుతాడు విష్ణు. పెళ్ళి చేసుకోలేను ప్రేమిస్తానని చెప్పటమే కాదు, తాను మరో యువకుడ్ని ప్రేమిస్తున్నట్లు చెబుతుంది.

ప్రపంచంలో ఏ ఆడపిల్ల కూడా ఒకేసారి ఇద్దరు అబ్బాయిల్ని ఒకే గాఢతతో ఒకేరకంగా ప్రేమించలేదు. మనస్సులో ఇద్దరికి చోటివ్వ లేదంటాడు విష్ణు.

మిగతావాళ్ళ సంగతి నాకనవసరం. నేను మీరిద్దర్నీ ప్రేమిస్తున్నాను అని గట్టిగా చెబుతుంది. ఓ సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీలో యశస్వికి బెంగళూరులో ఉద్యోగం వస్తుంది.

తండ్రి శ్రీధర్, తల్లి పద్మావతి, యశస్వి బామ్మ దిగులుపడతారు. వాట్సప్, స్కైప్, వీడియో కాలింగ్ ఇన్నివుండగా ఒకరిమీద ఒకరు బెంగపెట్టుకోవల్సినపనే లేదు అని బామ్మకు ధైర్యం చెబుతుంది యశస్వి.

కూతుర్ని బెంగళూరు బయల్దేరతీస్తాడు శ్రీధర్. తర్వాత జరిగేది చదవండి.



"ఇంత దూరం నుంచి మోసుకెళ్ళినందుకన్నా రెగ్యులర్‌గా ఆ వయొలిన్ ప్రాక్టీస్ చెయ్యి!" నానమ్మ చెప్పింది. యశస్వి తలూపింది.

"అమ్మా, నానమ్మా కలిసి ఇంత లగేజీ తయారు చేశారు" ఆ లగేజీనిచూస్తూ శ్రీధర్ విసుక్కున్నాడు.

"ఇట్సోకే నాన్నగారూ!" అని చెప్పింది.

చివరగా "ఐవిల్ మిస్ యు ఆల్" అంటూ ఒక్కొక్కరినీ హత్తుకుని వీడ్కోలు తీసుకుందామె.

ఇంట్లోంచి ఎవరన్నా బయట వెళ్తుంటే శుభసూచక శకునంగా నవ్వుతూ ఎదురొచ్చే చిన్నారి తల్లి, బయట నుంచి ఎవరన్నా ఇంట్లోకి వస్తుంటే మమతల పాల వెల్లిగా ఎదురొచ్చే బంగారు తల్లి జీవనోపాధి కోసం వెళ్ళిపోతోంది. వారి కళ్ళల్లో నీళ్ళు తిరిగాయ్!

ట్రెయిన్ బయలుదేరింది. వాళ్ళు కనిపించినంతమేర ఆమె చేతులు ఊపుతూనే ఉంది. ట్రెయిన్ వేగం పుంజుకుంది. మొదటిసారిగా తన వాళ్ళందరినీ వదిలి ఇలా ఉద్యోగం కోసం దూర ప్రాంతానికి వెళుతుంటే తనకు లోలోపల దిగులుగా, బెంగగా ఉంది. కానీ జీవితంలో ఏదైనా సాధించాలన్న పట్టుదల కూడా ఉంది.

'షుడ్ ఎచీవ్ సమ్‌థింగ్!' అందుకే తను ఎవరెన్ని చెప్పినా వినకుండా బెంగళూరు బయలుదేరింది. అయినా ఇంత పెద్ద కంపెనీలో తనకు ఉద్యోగం రావటమే చాలా అదృష్టం!

ట్రెయిన్ వేగం పుంజుకోవటంతో చుట్టూచూసింది. బయటకు వస్తే చాలు అందరూ తనని కాసేపైనా వింతగా చూస్తారని తెల్సు! అందుక్కారణం తన అసాధారణ ఎత్తు! చిన్నప్పట్నుంచీ తనకిది అలవాటే! నాన్నగారు మాత్రం గొప్పగా అమ్మతో చాలాసార్లు గర్వంగా అంటూంటారు. 'చూడు! నా కూతురు క్రౌడ్ పుల్లర్' అని! తనకది కొంత ఇబ్బందే!

అందుకే ఎటూ చూడకుండా ప్లాట్‌ఫామ్మీద తండ్రి కొనిచ్చిన వాటర్ బాటిల్, 'ఇండియా టుడే' మ్యాగజైన్ తీసి సర్దుకుంది. హ్యాండ్‌బ్యాగ్‌లో నుంచి హెడ్‌ఫోన్స్ తీసి చెవుల్లో పెట్టుకుంది. బ్యాగ్ జిప్ వేసింది. తరువాత సీట్లో వెనక్కి వాలి రిలాక్స్‌డ్‌గా కళ్ళు మూసుకుని తనకిష్టమైన అన్నమయ్య కీర్తనలు వినసాగింది.

విష్ణుకి ఏమీ అర్థం కావట్లేదు. పెళ్ళయితే చాలు ఈ ఆడపిల్లలకి చాలా స్మార్ట్‌నెస్ వచ్చేస్తుందా? అకస్మాత్తుగా తమ అన్నయ్యలకన్నా కూడా పెద్దవాళ్ళయిపోతారా?

అమెరికా నుంచి వచ్చిన తన చెల్లెలు ముందుగా షాపింగ్‌కి తీసుకెళ్ళమంది. సరేనని తను తీసుకెళ్ళాడు. మధ్యలో 'చాకోలెట్' రూమ్‌కి వెళదామంది.

తీరా వెళ్ళాక అప్పుడే అక్కడికి వచ్చిన బావగారి కజిన్ తేజాని పరిచయం చేసింది. అంతలోనే హడావుడిగా ఏదో కాల్ వచ్చిందని చెప్పి తననీ, ఆ అమ్మాయినీ వదిలేసి వెళ్ళిపోయింది. తనూ తెలుగు సినిమాలు చూస్తాడు. కావాలనే ప్లాన్ చేశారని తను మాత్రం గుర్తుపట్టలేడా?

ఎంత ఇబ్బందికర పరిస్థితి? మాట్లాడకపోతే మాట్లాడలేదు. మర్యాద లేదు అంటారు. మాట్లాడితే ఆశలు పెంచావంటారు. ఈ అమ్మాయిలతో ఇదే ప్రాబ్లమ్! ఇంటికి వెళ్ళి రేష్మాకి బాగా క్లాస్ తీద్దామనుకున్నాడు. "తేజ స్వీట్ గాళ్ కదా?" ఎదురొచ్చి అడిగింది. ఎదురు బలి!

"అవును! షుగర్ ఫ్యాక్టరీ పెట్టుకోవచ్చు!" వ్యంగ్యంగా చెప్పాడు.

"బి సీరియస్! ఫ్యామిలీ బాగా తెల్సిన ఫ్యామిలీ! వ్యాల్యూస్ దగ్గర్నుంచి అన్ని విషయాల్లో స్టేటస్ కో అనుకో! తేజాకి మా బంధువుల్లో చాలా మంచి

వాళ్ళిద్దరూ వెలిగిపోయారు

"పద్మావత్" వివాదసమయంలో ధైర్యంగా వ్యవహరించిన దీపికాపడుకొనేను ఇదెలా సాధ్యం అని ఎవరడిగినా, మా అమ్మానాన్నలు నన్నలా ధైర్యంగా పెంచారంటూ టక్కున సమాధానం చెప్తున్నది.

"ఎన్నో బెదిరింపులను ధైర్యంగా ఎదుర్కొని నిలబడ్డాను. సమస్యలను మా అంతట మేము ఎదుర్కొనే విధంగా నన్నూ, నా చెల్లిని నా తల్లిదండ్రులు పెంచారు. మా ధైర్యం వాళ్ళిద్దరే.

'పద్మావత్' చూసి అమ్మానాన్నలు ఎంతో గర్వంగా ఫీలయ్యారు. సినిమా చూడగానే నాకు వీడియోకాల్ చేశారు. వారిముఖాలు గర్వంతో వెలిగిపోవడం కనిపించింది" అంటూ కించిత్ గర్వంతో చెప్పింది దీపికాపడుకొనె.



ఆ ఆట తెలియదు

టాలీవుడ్ నుంచి బాలీవుడ్ చెక్కేసిన ఇలియానా అక్కడకూడా దూసుకుపోయే ప్రయత్నాలు చెయ్యడం లేదు. ఏడాదికో సినిమా అన్నట్లు సాగుతున్నది. అదేమని అడిగితే, ఇంతకుముందే తాను బాలీవుడ్‌కు 'మిస్ ఫిట్' అంటూ ఓ స్టేట్‌మెంట్ విసిరింది. ఇక నెంబర్‌గేమ్స్ గురించి కదిలిస్తే, ముఖాన్ని అప్రసన్నంగా పెట్టింది.

"నాకే నెంబర్ గేమ్స్ అంటే చిరాకు. ఈ పరుగులో నేనెప్పుడూ లేను.

అసలు నెంబర్ ఒన్ కావాలంటే ఏం చేయాలో కూడా నాకు తెలియదు. ఒక్కో సినిమాకు నడుమ విరామంతీసుకుంటున్న నేను పోటీలోఉన్నట్లుకాదు కదా. కంటెంట్ వున్న సినిమాలే ఎంచుకుంటున్నా. అవి సక్సెస్ అవుతున్నాయి. హ్యాపీ" అంటున్నది.



పేరుంది. షి ఈజ్ బ్యూటిఫుల్! బీ టెక్., ఎంబీయ్యే... నీలానే!" అంది రేష్మా.

"ప్లీజ్! రేష్మా! ఈ టాపిక్ ఇక్కడితో ఆపెయ్! ఆమెకు నేను సూటవ్వను"

"అయామ్ డిజప్పాయింటెడ్! నీకు తేజ కచ్చితంగా నచ్చుతుందనుకున్నా. పోనీ మమ్మీ నీ కోసం ఒక మాట్రిమోనీ సైట్‌లో రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకుంది. ఆ సైట్‌లో పిక్స్ చూద్దామా?" అడిగింది.

"ఇప్పుడు కాదు..."

"ఇప్పుడు కాకపోతే ఇంకెప్పుడూ కాదు. నాకు తెల్సు! ప్లీజ్! కూర్చో! కనీసం మమ్మీ తృప్తికోసమైనా ముందు ఫోటోలు చూద్దాం!" అంది రేష్మా.

ఆమె అంతగా బ్రతిమాలుతుంటే కాదన్లేక అయిష్టంగా తలూపాడు.

ఆమె ఐప్యాడ్ తీసింది. అందులో ఆమెఅప్పటికే సెలక్ట్‌చేసి పెట్టుకున్నఫొటోల్ని ఒకఫోల్డర్‌లోపెట్టుకున్నట్టుంది. ఆ ఫోల్డర్ని తెరిచింది.

మొదటి ఫోటో డౌన్‌లోడ్ అయ్యింది. విష్ణు ఆ అమ్మాయిని చూసి, "రేష్మా! నువ్వింకోసారి చూడు! ఈ అమ్మాయి ఎంతకోపంగాచూస్తోందో? త్రిశూలం ఒక్కటే తక్కువ! నేను ఇంటికి లేటుగా వస్తే ఈమె చూపుల్తోనే చంపేసేలా ఉంది" చెప్పాడు.

ఆమెనవ్వి ఇంకోఫోటో పై క్లిక్‌చేసింది.

"ఈ అమ్మాయిని సరిగ్గాచూడు! ఈ అమ్మాయి ముఖంకంటేఅమ్మాయి వెనకాల గోడమీద క్యాలెండర్‌లోని సాయిబాబా ఫోటో బాగా స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. నాకు తెల్సు నువ్వు బాబా ఫ్యాన్‌వి! అందుకే ఈ ఫోటోని సెలక్ట్ చేసి ఉంటావ్" నవ్వుతూ చెప్పాడు.

ఇంకొక ఫోటో ఓపెన్ కాగానే "నిజం చెప్పు! ఈ అమ్మాయి హైట్ ఎంతని ప్రొఫైల్‌లో చెప్పారు?"

"ఐదడుగులా ఆరంగుళాలు"

"మైనస్ రెండంగుళాలు చేస్కో!"

"ఎందుకలా?" అడిగిందామె.

"ఈ అమ్మాయి చీరచూడు ఎంతకిందకు కట్టుకుందో? సరిగ్గా పాదాలదగ్గర చీర మడత కూడా పడింది. అంటే ఆమె రెండంగుళాల హీల్ వేసుకుందని ఇక్కడేతెలిసిపోతోంది"పాయింటవుట్ చేశాడు.

"ప్రొఫైల్ బావుంది బ్రో!"

అతను తల అడ్డంగా ఊపాడు. ఇంకో ఫోటోలో అమ్మాయి కొద్దిగా బొద్దుగా ఉంది. "మరీ సైజ్ జీరో అనుకుంటా" అన్నాడు గాల్లో గుండ్రంగా సున్నా చుడుతూ! ఆమె ఫక్కున నవ్వింది. ఇంకో ఫోటోలో అమ్మాయ్ జుత్తు విరబోసుకుంది.

"నో కామెంట్! నెక్స్ట్" అన్నాడు విష్ణు.

ఇంకో అమ్మాయ్ స్లీవ్‌లెస్ టీ షర్ట్ వేసుకుని మొబైల్లో సెల్ఫీ తీసుకుంటూ, ఆ మొబైల్ ఐఫోన్ కంపెనీదని తెలియాలని ఆ లోగో కనబడేలా చాలా జాగ్రత్తగా పట్టుకుంది. "నువ్వుండు..." అంటూ ఆ ఐప్యాడ్‌ని తన చేతుల్లోకి తీసుకుని, టకటకా ఫోటోలన్నీ క్లిక్‌చేస్తూ వెళ్ళిపోయాడు. చివర్లో ఆ ఫోల్డర్ క్లోజ్ చేసి చెప్పాడు.

"ఎ బిగ్ నో"

"ఇంతమందిలో ఎవరూ నచ్చలేదా?" అంటూ ఆమె ఆశ్చర్యపోయింది.

"మైగాడ్! పెళ్ళిచేసుకుంటే జన్మంతా రోజూ ఉదయాన్నే లేవగానే ఆ అమ్మాయ్ ముఖాన్ని చూడాలి. రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఆ ముఖాన్ని చూసి కళ్ళు మూసుకోవాలి. పగలంతా ఇంట్లో ఉన్నంతసేపూ ఆమెనే చూస్తూ ఉండాలి. నచ్చని అమ్మాయిని ఎలా పెళ్ళి చేసుకుంటాం చెప్పు?" అడిగాడతను.

"నాకు ఒక సంగతి అర్థమైంది. మన పెద్దవాళ్ళు ఈ మ్యారేజ్ బ్యూరోలకి వెళ్ళి కులగోత్రాలు, జాతకాలు, నక్షత్రాలు సరిచూసుకుని ఏర్పాటుచేసే ఈ పెళ్ళికూతుళ్ళు నీకు నచ్చరు"

"మే బి! ఒకటి మాత్రం కచ్చితంగా చెప్పగలను! ఈ మ్యారేజ్ సిస్టమే పెద్ద ఫార్స్! ప్రేమంటే ఏమిటో తెలీని రెండు జంతువుల మధ్య క్రాసింగ్ చేసేసినంత సింపుల్‌గా అస్సలు పరిచయం లేని ఒకమ్మాయికీ, ఒకబ్బాయికీ పెళ్ళి చేసేసి 'కల్సి బ్రతకండీ' అంటారు. సో స్యాడ్!" విచారంగా చెప్పాడు.

"బ్రో! ఇపుడు కన్ఫమ్ అయ్యింది. నీ మనస్సులో ఎవరో ఉన్నారు? ఎవరదీ?"

అతను వెంటనే బదులీయలేదు.

'యశస్వి! యశస్వి అంటే కీర్తి ప్రతిష్ఠలు ఇచ్చునదీ అని అర్థం! లక్ష్మీదేవికి ఇంకో పేరు' మృదువుగా, వినసొంపుగా ఓ అమ్మాయ్ చెప్తోంది... కానీ ఆమె మనస్సులో ఎవరున్నారో?

రేష్మ అతని ముఖమ్ముందు చిటికేసి అడిగింది. "బ్రో! నిన్నే!"

"నా మనస్సులో ఓ అమ్మాయుంటే ఆ అమ్మాయ్ మనింట్లోనే ఉంటుంది. అలా చెప్పే ధైర్యం నీకే కాదు నాకూ ఉంటుంది కదా సిస్?" అడిగాడతను.

"అఫ్‌కోర్స్! అస్సలు నీ 'మిస్ రైట్' ఎలా ఉండాల్రా బాబూ?" అడిగింది రేష్మ.

"ఆ అమ్మాయిని చూడగానే మనసులో ఒక ఫీల్ రావాలి. 'ఈ అమ్మాయి నాకోసమే పుట్టింది' అనిపించాలి. గుండె వేగంగా కొట్టుకోవాలి!" అంటూ తన్మయంగా చెప్పాడు విష్ణు.

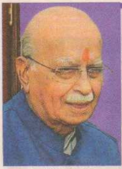
అతనింకా తన్మయత్వంతో చెప్తుండగానే "అలాంటి అమ్మాయ్ కన్పిస్తే అది లవ్ ఎట్ ఫస్ట్ సైట్! నాకు తెల్సు! ఆ తర్వాత చాలా ప్రాసెస్ఉంటుంది కదా? ఇంటరాక్ట్ అవ్వాలి. ఫ్రీక్వెన్సీ మ్యాచవ్వాలి. యాటిట్యూడ్ నచ్చాలి" అంటూ పిడికిలి గట్టిగా బిగించి ఒక్కోవ్రేలూ మెల్లగా తెరుస్తూ చెప్పింది-

అవునన్నట్టుగా తలూపాడతను. "నేను అదే అనుకున్నాను కానీ మమ్మీ వర్రీ అవుతోంది. ఆడపిల్ల పెళ్ళికి కూడా నేను బెంగపెట్టుకోలేదు. వీడి పెళ్ళికి ఇంత బెంగపడాల్సి వస్తుందేమిటే అని"



అంతర్జాతీయ వాణిజ్యాన్ని నిరోధించే చర్యలకు ఎవరు పాల్పడినా అంతర్జాతీయ ఆర్థికరంగం కోలుకోవటంలో విఘాతమేర్పడుతుంది.

-క్రిస్టిన్ లగార్డ్, ఐ.ఎమ్.ఎఫ్. చీఫ్



నెహ్రూ, ఇందిరాగాంధీలా లాల్‌బహదూర్‌శాస్త్రికి జనసంఘ్, ఆర్.ఎస్.ఎస్‌ల పట్ల సైద్ధాంతిక శత్రుత్వం లేదు.

-ఎల్.కె.అద్వానీ, బి.జె.పి. నేత

"డామేజింగ్!" అంటూ అతను చూపుడు వ్రేలితో బెదిరించాడు విష్ణు.

"బ్రో! నీకు సరిపోయే పెళ్ళి కూతుర్ని వెతకాలంటే ఎన్నో ప్రోబ్లమ్స్! ఆరడుగుల నాలుగంగుళాల ఎత్తు, అయిదంకెల పైన జీతంతోపాటు కంపెనీలో షేర్లు, ఫోర్ వీలర్, ఓ త్రీ బెడ్ రూమ్ ఫ్లాట్, రెండు డిగ్రీలు... ఎమ్.ఎన్.సీలో టాప్ లెవల్ ఉద్యోగం, టీ టోటలర్! ఇన్ని ప్లస్ పాయింట్సున్న వీడికి పెళ్ళి ఎలా అవుతుంది? అని మమ్మీ ఒకటే వర్రీ అవుతోంది" నవ్వుని ఆపుకుంటూ చెప్పింది రేష్మ.

"ఎందుకు?" ఆశ్చర్యంగా అడిగాడు.

"**అ**వును మరి! మమ్మీ హిస్టరీ స్టూడెంట్ కదా? అన్నీఉన్న అబ్బాయిలు పెళ్ళి చేసుకోకుండా బ్యాచిలర్స్‌గా మిగిలిపోతున్నారని చరిత్ర చెప్తోంది బ్రో! లివింగ్ ఎగ్జాంపుల్స్ సల్మాన్‌ఖాన్, రాహుల్ గాంధీ" ఆ మాట చెప్పేసి ఆమె అక్కడ్నుంచి లేచి పరుగెత్తసాగింది.

"ఏయ్! ఆగు!" ఆమె వెంటపడ్డాడతను.

ఆమె ఆగలేదు. గ్రౌండ్ ఫ్లోర్‌లోకి వెళ్ళిపోయి తల్లి దగ్గర చేరింది. అతను ఏమీ చేయలేక ఫస్ట్ ఫ్లోర్ లోనే ఆగిపోయాడు.

"మమ్మీ నీకు చిన్నప్పుడు పాలల్లో హార్లిక్స్, కాంప్లాన్ కలపకుండా 'గ్రోమోర్' కలిపిందంట! నీ హైటే నీ పెళ్ళికి ప్రాబ్లమ్!" క్రింద నుంచి ఆమె గట్టిగా అరిచి చెప్పింది.

"ఏం కాదు!" అని అతను ఇంకా నమ్మకంగా చెప్పాడు.

అతనికి మళ్ళీ ఆ అమ్మాయ్ గుర్తొచ్చింది. వెంటనే మొబైల్‌లో డేట్ చూసుకున్నాడు. అతని పెదవుల పై చిరునవ్వు మెరిసింది.

మొబైల్‌లో 'గూగుల్ మ్యాప్స్' ఆధారంగా ఎడ్రస్ సరిచూసుకుని క్యాబ్ డ్రైవర్‌కి యశస్వి ఆగమని చెప్పింది. కారు ఆగగానే పర్స్‌లోనుంచి డబ్బు తీసి మీటర్ చూసి అతనికిచ్చింది.

ఒకసారి తల పైకెత్తి చూసి, ఆ బహుళ అంతస్తుల భవనంలోకి అడుగుపెట్టింది. అక్కడ నాలుగు లిఫ్ట్‌లున్నాయి.ఒక లిఫ్ట్‌ని ఎంపికచేసుకుని బటన్ నొక్కి నిలబడింది. లిఫ్ట్ వచ్చి ఆగింది.

ఇంతలో ఎక్కడి నుంచి వచ్చాడో ఒక యువకుడు పెద్ద పెద్ద అంగలతో వచ్చి, దాదాపుగా ఆమె ప్రక్కన నిలబడ్డాడు. ఆమె క్రీగంట అతన్ని చూసింది.

ఫుల్ సూట్‌లో ఉన్నాడతను.

ఎత్తు ఆరడుగుల పైనే ఉండి ఉంటాడు. మ్యాన్లీగా ఉన్నాడు. లిఫ్ట్‌తలుపులు తెరుచుకున్నాయ్.

'ఎవరితను?' ఆలోచనలో ఒక్కక్షణం ఆగిందామె. ఆమె తన కోసమే ఆగిందేమోననుకుని "లేడీస్ ఫస్ట్" అంటూ లిఫ్ట్‌వైపు చూపించాడు. అప్పుడే ఆమెని స్పష్టంగా చూశాడు. వెంటనే అతని శరీరంలో ఎడ్రినాలిన్ స్థాయి హెచ్చింది. లిఫ్ట్ తలుపులు మూసుకోబోతుంటే ఆమె గభాల్న లోపలికి అడుగుపెట్టింది. ఆమె వెనకే అతను లోపలికి అడుగుపెట్టాడు. ఆ లిఫ్ట్‌లో వాళ్ళిద్దరూ తప్ప ఎవరూ లేరు.

తను వెళ్ళాల్సిన ఫ్లోర్ తాలూకు బటన్ నొక్కి ఆమెవైపు చూసి "విచ్‌ఫ్లోర్?" అడిగాడతను.

"సేమ్ ఫ్లోర్!" అందామె.

"ఐ సీ" అంటూ అతను డోర్ క్లోజ్ బటన్ కూడా నొక్కాడు. లిఫ్ట్ పైకి వెళ్తుంటే అతని గుండె వేగంగా కొట్టుకోసాగింది. థాంక్ గాడ్! తన వీనస్ శిల్పం వచ్చేసింది. మనస్సులో ఉద్వేగంగా అనుకున్నాడు.

ఆమెకి ఒక్కసారిగా ఎందుకో ఆ వ్యక్తి నవ్వు, చూపులు కూడా తనని చుట్టుముట్టేసిన ఫీలింగ్ కలిగింది. "మనం ఇదివరకు కలిసాం కదా?" అతను ఇంగ్లీష్‌లో మెల్లగా అడిగాడు.

'యశస్వీ! బెంగళూరులో మొదటి వికెట్ పడిపోయింది! క్రొత్త అమ్మాయిని పరిచయం చేసుకోవడానికి మగాళ్ళు మాట్లాడే మాటల్లో ఇది మొట్ట మొదటిది' మనసులోనే అనుకుంటూ ముఖంలో ఎటువంటి భావమూ కనబడనీయకుండా లేదే అన్నట్టుగా భుజాలు కదిపింది.

లిఫ్ట్‌క్లోజ్డ్‌గా ఉండడంతో, అంతదగ్గరగానిల్చున్న ఆమె జుత్తు నుంచి తేలివస్తోన్న షాంపూ పరిమళం అతడ్ని చుట్టుముడుతోంది. అతను ఒంటికి స్ప్రే చేసు కున్న పరిమళం లిఫ్ట్ అంతటా పరుచుకుంది.

సందేహం లేదు. ఆ అమ్మాయే! తను పదిజన్మల తర్వాత చూసినా గుర్తుపడతాడు. ఆ గొప్పతనం తన జ్ఞాపకశక్తిది కాదు. ఆమె అందానిది!

అతడ్ని ఎవాయిడ్ చేయటానికి తలవంచుకుని మొబైల్లో మెసేజెస్ చూసుకోసాగిందామె.

పట్టు విడవకుండా అడిగాడతను "మీరు హైదరాబాద్ జెబిఐటి స్టూడెంట్ కదూ!"

ఆమెఆశ్చర్యంగా తలెత్తిచూసింది. "ఐ గాట్ ఇట్! నేను మీ కాలేజీకి క్యాంపస్ ప్లేస్‌మెంట్స్‌లో ఇంటర్వ్యూ చేయటానికి మా కంపెనీ తరఫునుంచి వచ్చాను. అయామ్ విష్ణు! గుర్తున్నానా?" అడిగాడతను.

ఒక్కసారిగా ఆమె ఉక్కిరిబిక్కిరయ్యింది. 'అదీ సంగతి!' ఆమె గుండె వేగంగా కొట్టుకుంది.

అతను కరచాలనం కోసం చెయ్యి ముందుకు సాచాడు, "సో యు ఆర్ యశస్వి!" అంటూ.

ఆమెలో ఒక కలకలం. 'మైగాడ్! ఇతనా? తను అనవసరంగా అపార్థం చేసుకుంది' అప్రయత్నంగా తనుకూడా చెయ్యి ముందుకు సాచి అతని చేతిని అందుకుంది.

'షేక్‌హ్యాండ్ ఇచ్చేటప్పుడు అవతలివ్యక్తి చేతిని ఆత్మీయంగా, బలంగా పట్టుకోవాలి.

ప్రశంసల హోరు

పూరీజగన్నాథ్ 'మెహబూబా' సినిమాకు మించిన మరో శుభారంభం తనకు ఇంకేదీ వుండదని నటి నేహాశెట్టి ఎగ్జయిటింగ్‌గా చెప్తోంది.

"ఆయన టాలీవుడ్‌కు ఎందరో కొత్తవారిని పరిచయం చేశారు. నా మొదటి చిత్రాన్నే ఆయన దర్శకత్వంలో చెయ్యగలగడం నా అదృష్టం.

నేను ఆయన నుంచి నేర్చుకోవాల్సింది ఎంతో ఉంది. చాలా స్ఫూర్తిదాయకంగా వుంటారు. తనకు కావాల్సినదాన్ని చక్కగా రాబట్టుకోగలరు. ఎంతో పాజిటివ్‌గా వుంటూ, ఎనర్జీని ఇచ్చే గొప్ప దర్శకుడు. ఆకాష్‌తో కలిసి పనిచేయడం ఆహ్లాదంగా ఉంది" అంటూ ప్రశంసల హోరెత్తించింది.



అలాంటి షేక్‌హ్యాండ్ మనలోని ఆత్మవిశ్వాసాన్ని చూపిస్తుంది' వ్యక్తిత్వవికాస శిక్షణా తరగతుల్లో విన్న మాటలు గుర్తొచ్చాయి.

అతను ఆమె కళ్ళల్లోకే చూస్తూ నవ్వుతూ "సో టుడే యు ఆర్ జాయినింగ్?" కుడిచేతి పిడికిలి మడిచి బొటనవ్రేలు పైకెత్తి థమ్సప్ ముద్ర చూపిస్తూ అడిగాడు అతను.

"ఎస్!" చిర్నవ్వుతో చెప్పిందామె.

లిఫ్ట్‌ఆగటంతో బయటకు వచ్చి, "ఆల్ ది బెస్ట్" చెప్పేసి, హుందాగా నడిచి వెళ్ళిపోయాడు.

ఆమె వెళ్ళి ఆఫీస్ రిసెప్షన్‌లో కూర్చుంది. ఆమెతో పాటు ఆమె కాలేజీ నుంచి ఎంపికైన మరో నలుగురు వికాస్, ఆదిత్య, వనిత, ఉదయ్ శర్మ కూడా ఒకరి తర్వాత ఒకరు వచ్చి కూర్చున్నారు. ఒకర్నొకరు విష్ చేసుకున్నారు.

కాస్సేపట్లో వారి దగ్గరికి బాబ్డ్ హెయిర్‌తో ఉన్న మేఘన వచ్చి తనని తాను 'రిక్రూట్‌మెంట్ మేనేజర్'గా పరిచయం చేసుకుంది. తర్వాత వాళ్ళందరి పేర్లూ అడిగి తెలుసుకుంది.

ఆదరంగా "వెల్‌కమ్!" అంటూ ఆహ్వానం పలికి, వాళ్ళందరినీ ఆఫీస్‌లోకి తీసుకెళ్ళింది.

అది సెంట్రల్లీ ఎయిర్‌కండీషన్డ్ ఆఫీస్ అవటంవల్ల లోపలంతా చాలా చల్లగా ఉంది. కొత్త వాతావరణం కావటంవల్ల కొంత బెరుకు, అదే మొదటి ఉద్యోగం కావటంవల్ల మరికొంత బెదురు అన్నీకలిసి యశస్వి కాళ్ళల్లోంచి సన్నగా వణుకు మొదలైంది.

విశాలంగా ఉన్న ఆ హాల్లో నడవటానికి మధ్యలో దారి ఉంది. ఆ దారికి ఒకదానిని ఒకటి ఆనుకుని ఇరుప్రక్కలా క్యూబికల్స్ ఉన్నాయ్!

అక్కడి వాతావరణం చాలా ప్రొఫెషనల్‌గా ఉంది. ప్రతి క్యూబికల్‌లో ఎవరో ఒకరు ఉన్నారు. ఆఫీస్ అంతా నిండుగా కళకళలాడుతోంది.

ఓ క్యూబికల్‌లో ఉన్న జాన్సన్‌ని పరిచయం చేసి "ఇతనే మీ టీమ్ లీడర్! మీకు వర్క్ నేర్పిస్తాడు!" అని వీళ్ళకి చెప్పి, జాన్సన్ వైపు తిరిగి -

"హే జాన్సన్! వీళ్ళు లాస్ట్‌టైమ్ రిక్రూట్ అయిన ఫ్రెషర్స్!" చెప్పింది మేఘన.

మేఘన వరుసగా వాళ్ళందరికీ వారి వారి క్యూబికల్స్ చూపించి, వెళ్ళిపోయింది.

"ముందు మనం కొన్ని ఫార్మాలిటీస్ పూర్తి చేద్దాం!" జాన్సన్ చెప్పాడు.

వారి దగ్గర్నుంచి జాయినింగ్ లెటర్స్ తీసుకుని ఐడీ కార్డుల కోసం వారి ఫోటోలను, బయోమెట్రిక్ మెషీన్లకు సరిపోయినట్టుగా వేలిముద్రల్ని తీసుకున్నాడు. వారికి ఇవ్వబడ్డ కంప్యూటర్లను వారు ఉపయోగించాలంటే వాడాల్సిన పాస్‌వర్డ్‌లను, ఆఫీసులో పాటించాల్సిన నియమావళిని అతను వివరంగా తెలియజేశాడు.

తర్వాత వారికి కేటాయించిన క్యూబికల్స్‌లోకి వెళ్ళిపోయారు. వెళ్తూ వెళ్తూ ప్రతి ఫ్లోర్‌లో ఉన్న కాఫీ, టీ మెషీన్లని చూసి 'ఇక్కడ కాఫీ, టీ ఫ్రీగా ఇస్తార'ని ఎవరికి వారే మనస్సులో అనుకున్నారు.

యశస్వి తన క్యూబికల్‌ని చూసుకుని సంబరపడింది. ఒక డెస్క్, కంప్యూటర్, కొన్ని ఫైల్స్, వాటర్ బాటిల్ ఉన్నాయ్! ఆమె కుర్చీలో కూర్చుని తన హ్యాండ్‌బ్యాగ్‌ని డెస్క్‌మీద పెట్టింది. బలంగా ఊపిరి పీల్చుకుని కుర్చీలో రిలాక్స్ అయ్యింది.

జీవితంలో తనకిది మొదటి ఉద్యోగం. భవిష్యత్తులో తను సాధించబోయే గొప్ప గొప్పవిజయాలకు ఇది తొలిమెట్టు అనుకుంటే గర్వంగా అనిపించింది. ఒకసారి తల త్రిప్పి చుట్టూ చూసింది. అందరూ ఎవరి పనుల్లో వారున్నారు.

ఇంకా ఉంది

అన్నీ అబ్బురాలే

'హేరాబ్రిడ్జి' తార చాందినీ చౌదరికి సినిమా అంతా అబ్బురాలే కనపడుతున్నాయట. కొన్ని యాక్షన్ సన్నివేశాలుచేయడం భలేగా ఉందంటున్నది. "నేను 'థ్రిల్లర్ మనో' షూటింగ్‌లో వున్నా. కాబట్టి లవ్‌స్టోరీకి సంతకాలు చేయడం విభిన్నంగా వుంటుందని భావించాను. కొన్ని యాక్షన్ సన్నివేశాలు స్వంతంగా చేశాం. చాలా ఎంజాయ్ చేశా. నా పాత్రలో అనేకానేక ఎమోషన్లు కనపడతాయి" అంటూ చెప్పుకొచ్చింది.



విడాకులు వద్దు

వయస్సు ఏదైనా భార్యాభర్తలు ఇద్దరూ కలిసి ఉండడమన్నది జీవిత సవాళ్ళలో ఒకటి. పైగా, వయస్సు మీదపడినతర్వాత కలిసి ఉండడమన్నది ఇంకొంత క్లిష్టంగా అన్పిస్తుంది. వయస్సుమళ్ళినవారిలో విడాకులు రెండింతలయ్యాయని, ముఖ్యంగా అరవై ఐదుసంవత్సరాలు దాటినవారు ఈ జాబితాలో ఎక్కువమంది వుంటున్నారన్నది ఓ సర్వే సారాంశం. ఇటువంటి అవాంఛిత పరిస్థితికి కారణం ఏంటి?



Courtesy : Graceland Foundation

పాత విషయాలు వద్దు

వైవాహిక జీవితంలో తాము కోరుకున్నవి జరగలేదనో,వద్దనుకున్నవి సంభవించాయనో నిరుత్సాహాలు, అసంతృప్తులు ఉండవచ్చు. ఐతే వాటన్నింటికీ పాతరకట్టాల్సిన దశఇది.ఏం జరిగింది, ఏం జరిగితే బావుండేది అన్న అవాస్తవిక స్థితిగతులకంటే వాస్తవాన్ని ఆమోదించగలగడం అవసరం.

నిరుత్సాహ వైఖరిని వదిలేసి కార్యరూపం దాల్చాల్సిన విషయాల గురించి ప్రాక్టికల్‌గా ఉండాలి. పాత విషయాల చర్చలు, వాగ్వివాదాలు వద్దు. నిజానికి, వైవాహిక జీవితంలో చాలా తగాదాలకు ఇగోలే కారణమవుతుంటాయి.

ఎవరికివారు తానే రైటని, తన అభిప్రాయానికే విలువ ఇవ్వాలని అనుకుంటారు. కాని, ఓ వయస్సుకు వచ్చినతరువాత కొన్ని తగాదాలు ఏమాత్రం విలువైనవి కావని, పసలేనివని గ్రహిస్తారు. గ్రహించాలికూడా.ఫలితంగా అనేకవిభేదాలు తగ్గిపోతాయి.తగాదాలకుబదులు అవసరాలు, వాస్తవిక విషయాలపట్ల ఫోకస్ చేయడం అవసరం.

సుదీర్ఘకాలంగా, ఆరోగ్యకరంగా కలిసిఉంటున్న వారిలో మరింత మంచి జీవితం ఇంకా ఉందన్న అంచనాలుంటాయి. తమ సమయాన్ని తాము ఎంజాయ్ చేయాలనుకుంటారు.

తన జీవితభాగస్వామి ద్వారా అది జరగడంలేదని భావించినప్పుడు,అసంతృప్తి ఛాయలు ఆరంభమవుతాయి. ఆ అసంతృప్తిలో అవాంఛిత నిర్ణయానికి వచ్చేస్తుంటారు.

ఫలితమే ఈ విడిపోవడాలు. కానీ వయస్సు ఏదయినా కలిసివుండడానికి మరెంతో మంచిఛాయిస్‌లుంటాయి.

అయితే అప్పటిదాకా సాగిన బాంధవ్యాన్ని పటిష్ఠంగా, పదిలంగా ఉంచుకోవడానికితగిన కసరత్తులు కావాలి.

ముఖ్యంగా వయస్సు పెరిగినప్పుడు ఇటువంటి ప్రక్రియ మరింత అవసరం అవుతుంది. ఈ వయస్సులో పిల్లల బాధ్యతలు తీరిపోతాయి. రిటైర్ అయిపోతారు లేదా దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల బాధలు ఉండవచ్చు.

ఈ దశలో తదుపరి దశ జీవితానికి ఏ విధంగా వెళ్ళాలన్న, ఎలా ఎదుర్కోవాలన్న విషయంలో ఆలోచనలు, చర్చలు, చర్యలు కావాలి.

అంతే తప్ప అసంతృప్తితో అనవసర నిర్ణయాల జోలికి వెళ్ళకూడదు. అది అంత మంచిదికాదుకూడా.

బలాలు, బలహీనతలు

ముందుగా దంపతులు ఇద్దరూ ఓ జంటగా తమలోని బలాలు, బలహీనతలను గుర్తించాలి.

బలాలకు విలువ లేదు కాని, బలహీనతలను ఎదుర్కోవడానికి ఇవి పునాదులు అవుతాయి. ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుతాయి.

ఒకరికొకరు విషయాలు చెప్పుకోవడానికి సమస్య ఉన్నట్లయితే రాజీపడే నైపుణ్యాలకు సానపెట్టాల్సివుంటుంది. బలహీనతలను ఎదుర్కోగల మార్గాల గురించి మాట్లాడుకోవాలి.

మెరుగుదలకోసం స్వంతంగా, సౌకర్యపూరితమైన చర్యలు తీసుకోలేకపోతే గైడెన్స్ కోసం, కౌన్సెలింగ్ కోసం థెరపిస్టులను సంప్రదించాలి.

చురుకుదనం

ఇద్దరూ కలిసి ఎంజాయ్‌చేయడాన్ని నేర్చుకోవాలి. అవసరం కూడా. కాబట్టి ఇద్దరూ కలిసి ఎంజాయ్ చేయదగిన విషయాలను గుర్తించాలి.

కలిసి వాకింగ్‌చేయడం, గార్డెనింగ్, బుక్ క్లబ్‌లో చేరడం, మ్యూజియంలు, రెస్టారెంట్‌లకు వెళ్ళడంవంటి పనులు చేస్తున్నట్లయితే ఇద్దరి నడుమ మరింత బాంధవ్యం బలపడుతుంది.

ఒకరి ఆసక్తులను మరొకరు గమనిస్తూ, పరస్పరం గౌరవిస్తూ ఉండాలి. సదరు ఆసక్తులను పరస్పరం ప్రోత్సహించుకోవాలి కూడా.

సామాజిక సంబంధాలు

ప్రతి అవసరాన్నీ ఇద్దరే పూరించుకోలేరు. అది అసాధ్యంకూడా.

ఇతర కుటుంబసభ్యులు, స్నేహితులతో కలుస్తుండాలి.కమ్యూనిటీ గ్రూపులతో సత్సంబంధాలు ఉండాలి. అలాగే స్నేహపూర్వక వాతావరణం ఉండాలి. సామాజిక విషయాల్లో చురుగ్గా పాల్గొనాలి. ఇష్టంవుంటే వాలంటీర్ డ్యూటీలు కూడా చెయ్యవచ్చు.

స్నేహితులు, బంధుత్వాలు గల హాబీలు,ఆసక్తులు గల జంటలు సంతోషంగా, సామరస్యంగా ఉంటాయి.

ఏదైనా క్లిష్టత ఏర్పడితే కుటుంబ సభ్యుల సాయం ఉంటుంది.

ఎవరికి వారు, ఇద్దరూ కలిసి వ్యక్తిగత బాంధవ్యాలు అలవరచుకోవాలి. చిన్నచిన్న విషయాల నుంచే సంతోషాన్ని వెతుక్కోవాలి.

ఫ్యాన్సీగా ఉందనుకోకూడదు. ఏ వయస్సులోనయినా ఆహ్లాదాలను ఎంజాయ్ చేయడం అవసరం.

ఇద్దరూ కలిసి అర్థవంతంగా జీవితం గడిపినప్పుడు ఎటువంటి విభేదాలకూ కూడా ఆస్కారం ఉండదు.

వయస్సు పెరుగుతున్నకొద్దీ శారీరక పరంగా సవాళ్ళు ఉంటుంటాయి. ఇవి ఒక్కోసారి బాంధవ్యానికి హాని కల్గించే అవకాశం ఉంటుంది.

మరో సాధారణ సమస్య దాంపత్య లోపం.దంపతుల నడుమ సాన్నిహిత్యం ఉన్నప్పుడు చాలా సమస్యలు సమసిపోతాయి. జీవనశైలి మార్చుకోవాలి.

ధ్యానంవంటివి బాగా ఉపకరిస్తాయి. వ్యాయామాలు ఎంతగానో దోహదపడతాయి. సెక్స్ ఒక్కటే అనుకోకూడదు. శారీరక సామీప్యం, కౌగిలించుకోవడం, ముద్దుపెట్టుకోవడంవంటివన్నీ కూడా దగ్గరితనాన్ని పెంచేవే. ఇవన్నీ సెక్స్ కంటే ముఖ్యమయినవి.

సామాజిక సత్యం

సింహప్రసాద్

"ప్రిన్సిపాల్‌గారూ, ఇంట్లోనే ఉన్నారా సార్?"

"ఉన్నానయ్యా. ఏంటి విశేషం పొద్దుటే ఫోన్ చేశావ్? ఏమైనా పనుందా?"

"మీ హెల్ప్ కావాలి సార్. ఒక్క అరగంటలో వస్తాను. ఉంటారు కదా సార్?"

"తొమ్మిదిన్నరలోపు రా..." సెల్ ఆఫ్ చేస్తోంటే, "ఎవరూ?" అడిగింది ఇల్లాలు.

"మన యాజ్ఞవల్క్యశర్మ. నా సాయం కావాలిట. ఇప్పుడొస్తున్నాడు..."

"డబ్బవసరమేమో? అడిగితే వెంటనే ఇచ్చేయ కండి. అతగాడికిచ్చింది తిరిగి తీసుకోకూడదు"

నవ్వేను. "దానంగానో దక్షిణగానో ఇస్తే తీసుకో కూడదు గాని, అప్పుగానో చేబదులుగానో ఇస్తే తీసుకోవచ్చు. అయినా శర్మకి అలాంటి అవసరం ఉంటుం దనుకోను. పౌరోహిత్యంలో బాగా రాణించాడు. రెండుచేతులతో సంపాదిస్తున్నాడు"

"వాళ్ళ నాన్న పాపం అమాయకుడు. ఎంత పెద్ద శుభకార్యం జరిపించినా సరే ఇంత కావాలి అంత కావాలి అని నోరు తెరచి అడిగేవాడు కాదు. చేతులు నలుపుకుంటూ మీ ఇష్టం అనేవాడు.

ఎంతిచ్చినా సంబరపడి ఆశీర్వదించి వెళ్ళిపోయే వాడు. శర్మ అలాకాదు. మహాగడుసుపిండం. మనల్ని అడగడు గాని అందర్నీ అంతివ్వాలి ఇంతివ్వాలి అని ముందే అడిగేస్తాట్ట!" అంది భార్య.

"అదే వృత్తి అయినప్పుడు తప్పదు కదే. అడక్క పోతే వందో పాతికో చేతిలో పెడతారు. పాపం శర్మ చాలా తెలివైనవాడే. ఇంజినీరవ్వాల్సినవాడనుకో..." మా కాలేజీలో శర్మ ఇంటర్మీడియట్ చదివిన రోజుల్ని గుర్తుచేసుకుంటూ అన్నాను.

"అయ్యా ప్రిన్సిపాలు గారూ. వీడు నా ఏకైక మగ సంతానం. ఐదుగురు ఆడపిల్లల తర్వాత పుట్టాడు. నా బతుకేవిటో నా సంపాదన ఏపాటిదో మీకు తెలీందికాదు.

ఊరోళ్ళ దయాదాక్షిణ్యాలమీద ఆధారపడి బండి లాగించుకొస్తున్నాను. మావాడని చెప్పడంకాదు కానండీ వీడికి సరస్వతీ కటాక్షం దండిగా ఉంది.

నానాతిప్పలూ పడి అయినాసరే వీడ్ని బాగా చదివించి ఉద్యోగస్తుణ్ణి చెయ్యాలన్నది నా సంకల్పం. ఇకపోతే, ఎమ్సెట్ ర్యాంకులన్నీ మీ కాలేజీకే స్వంతం. అంచేత ఎంతో ఆశతో మీవద్దకు తీసుకొచ్చాను. మీరే వీడికో దారి చూపించి పుణ్యం కట్టుకోవాలి..."

టెన్త్ మార్కుల మెమో చూశాను. 92 శాతం వచ్చాయి. లెక్కల్లో 98 శాతం సాధించాడు.

కుర్రాడు చురుగ్గా బుద్ధిగా ఉన్నాడు. ప్రోత్సహిస్తే ర్యాంకు కొట్టుకురావచ్చు. ఇలాంటి గెలుపు గుర్రాలే మాకు కావాలి. వాళ్ళనీ వాళ్ళర్యాంకుల్నీ ఎరవేసి వేలాది మందిని ఆకర్షిస్తాం! "ఇంకేం ఆలోచించొద్దు. మా కాలేజీలో చేర్పెయ్యండి. బంగారు భవిష్యత్తు గ్యారంటీ" వ్యాపారధోరణిలో చెప్పాను.

"బయట ఫీజువివరాలు చెప్పారు. నేనంత ఇచ్చుకోలేను. మీరే దయ చూపాలి" చేతులు జోడించాడు. "మీవాడు మెరిట్ గనుక నా అధికారాన్ని ఉపయోగించి కొంత తగ్గిస్తానండి. పైగా మీరు కావాల్సినవారు" అన్నారు. ఎంత తగ్గిస్తారన్నట్టు చూశాడు.

"25 శాతం తగ్గిస్తాను..." "హమ్మో, తట్టుకోలేనండి. వీడిపైన ఐదుగురున్నారు. అంతా పెళ్ళికెదిగారు. ఒక్కొక్కరినీ ఒడ్డెక్కించాలి..."

"ఫీజు ఇంకా తగ్గించలేనుగాని రెండు మూడు వాయిదాల్లో కట్టే వెసులుబాటు కల్పిస్తాను. అంతకు మించి ఏమీ చెయ్యలేను" ఇక వెళ్ళొచ్చు అన్నట్టు చూశాను. "స్కాలర్‌షిప్ వస్తుందాండీ?" మెల్లగా అడిగాడు రామనాథ శర్మ.

"ఫార్వర్డ్ క్యాస్టు వాళ్ళకి ఏ స్కాలర్‌షిప్పూ లేదు.

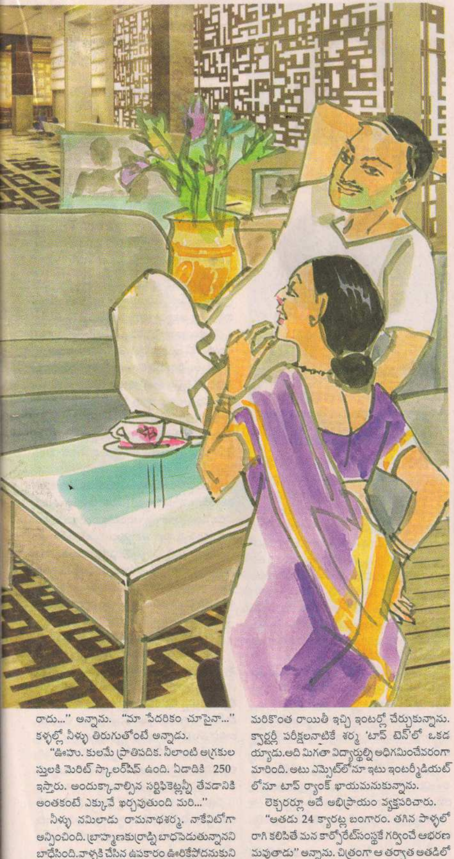




కొత్త అనుభూతి

సైలెంట్‌గా దక్షిణాదిలో మాంచి గుర్తింపు, ఊపు సంపాదించిన త్రిషకు ఈ మధ్య విషయాలు పెద్దగా కలిసి రావడంలేదు. బోల్డెన్ని ఆశలు పెట్టుకున్న రెండు, మూడు సినిమాలు ఈ 'నాయకి'కి నిరాశను మిగిల్చాయి. చేతిలోగల సినిమాల విడుదలలోనూ జాప్యం జరుగుతున్నది.

మరోమారు తాను నటించే 'మోహిని' హారర్ చిత్రంపై ఆశల పల్లకి ఎక్కేసింది. ఈ సినిమా తనకు క్రేజ్ తీసుకురాగలదని కలలు కంటున్నది. "ప్రేక్షకులకు కొత్త అనుభూతిని ఖచ్చితంగా ఇస్తా. వాళ్ళను భయపెడతా" అంటూ హారర్ కబుర్లు హాయిగా చెప్తున్నది త్రిష.



రాదు..." అన్నాను. "మా పేదరికం చూసైనా..." కళ్ళల్లో నీళ్ళు తిరుగుతోంటే అన్నాడు.

"ఊహు. కులమే ప్రాతిపదిక. నీలాంటి అగ్రకుల స్తులకి మెరిట్ స్కాలర్‌షిప్ ఉంది. ఏడాదికి 250 ఇస్తారు. అందుక్కావాల్సిన సర్టిఫికెట్లన్నీ తేవడానికి అంతకంటే ఎక్కువే ఖర్చవుతుంది మరి..."

నీళ్ళు నమిలాడు రామనాథశర్మ. నాకేవిటోగా అన్పించింది. బ్రాహ్మణకుర్రాడ్ని బాధపెడుతున్నానని బాధేసింది.వాళ్ళకి చేసిన ఉపకారం ఊరికేపోదనుకుని మరికొంత రాయితీ ఇచ్చి ఇంటర్లో చేర్చుకున్నాను. క్వార్టర్లీ పరీక్షలనాటికే శర్మ 'టాప్ టెన్'లో ఒకడయ్యాడు.అది మిగతా విద్యార్థుల్ని అధిగమించేవరంగా మారింది. అటు ఎమ్సెట్‌లోనూ ఇటు ఇంటర్మీడియట్ లోనూ టాప్ ర్యాంక్ ఖాయమనుకున్నాను.

లెక్చరర్లూ అదే అభిప్రాయం వ్యక్తపరిచారు.

"అతడు 24 క్యారట్ల బంగారం. తగిన పాళ్ళలో రాగి కలిపితే మన కార్పోరేట్‌సంస్థకే గర్వించే ఆభరణమవుతాడు" అన్నాను. చిత్రంగా ఆ తర్వాత అతడిలో పట్టుదల, పరిశ్రమ తగ్గుముఖం పట్టాయి. కాలేజీకి ఎక్కువగానే బంకుకొడుతున్నాడు. చెడు స్నేహాల ప్రభావమే కారణమనుకున్నాను.

టీనేజ్ యువతకి ఇంటర్మీడియట్ 'ది వరస్ట్' దశ. కొత్తగా రెక్కలొచ్చే సమయం. తేలికగా దుష్ట స్నేహాలకీ దురలవాట్లకీ లోబడతారు. ఆ దశలో వాటి నుంచి తమని తాము రక్షించుకుని నిలబడితే చాలు వారి కెరీరూ జీవితమూ చుక్కల్ని చూడటం ఖాయం!" శర్మని పిలిచి కయ్‌మని పడ్డాను.

"హఠాత్తుగా నీకేమయ్యింది శర్మా? కాలేజీ ఎగ్గొట్టి సినిమాలకీ షికార్లకీ తిరుగుతున్నావా? నీ మీద నీ కుటుంబ బరువూబాధ్యతలూ ఉన్నాయి.

ఎంత కష్టపడి మీ నాన్న నిన్ను చదివిస్తున్నాడో ఒక్కసారి గుర్తుచేసుకో.పెద్దకులంలో పుట్టావు గనుక చదువు ఊరికే నడిచొచ్చేస్తుందనుకుంటే నువ్వు చాలాపెద్ద పొరబాటు చేస్తున్నట్టే. కులానికీ, చదువుకీ ఏం సంబంధం లేదు. విద్యని ఒక తపస్సుగా భావించి సాధన చేస్తే ఏకలవ్యుడైనా మహావిలుకాడు అవుతాడు" నా మాటలు గాయపరచినట్టున్నాయి, శర్మ కళ్ళనుండి కన్నీరు బొటబొటా కారింది.

"సారీ సార్... వెరీ సారీ..."

"నువ్వేదో పొడిచేస్తావని భారీగా ఫీ కన్సెషన్ ఇచ్చాను. నా నమ్మకాన్ని నిలబెట్టాల్సిన బాధ్యత నీ మీద ఉందని మర్చిపోకు" అని కొంచెం కఠినంగానే చెప్పాను.

పిమ్మట నాలుగు మూడు వారాల దాకా అతడి మార్కులూ ర్యాంకూ పెరుగుతూనే వచ్చాయి. అటు తర్వాత మళ్ళీ దిగజారటం మొదలైంది. మరి సహించలేక రామనాథశర్మని పిలిపించాను.

"మీ వాడికి ఏం మాయరోగం వచ్చింది? చక్కగా చదివేవాడు చవటలా మారాడేంటి? తను దృష్టిపెట్టి చదివితే తారాపథంలోకి దూసుకెళ్ళగలిగే శక్తి ఉంది. కాని నేలమీద బూడిద పురుగులా పొర్లుతున్నాడు. అసలు వాడికేమయ్యింది?"

"క్షమించాలి. మీరు సగానికి సగం ఫీజు తగ్గించినా అది చెల్లించడానికే నా రెక్కల బలం చాలట్లేదండి. ఈమధ్యే ఏవో తిప్పలుపడి మా పెద్దమ్మాయి పెళ్ళి చేశాను. దాంతో మా కష్టాలు రెట్టింపయ్యాయి.

అంచేత ఏవో నాలుగురాళ్ళకు ఆశపడి మా అబ్బాయినీ నాతోబాటు కథాకార్యాలకి తీసుకెళుతున్నాను. దానివల్లే రోజూ కాలేజీకి రాలేకపోతున్నాడు.

అదీగాక ఫీజు బకాయి చెల్లించమని మీవాళ్ళు మావాడిమీద కస్సుబుస్సుమంటున్నారట.

ఫీజు చెల్లించకుండా కాలేజీకెళ్ళలేనని బాధపడుతున్నాడు. బకాయి ఎగ్గొట్టే రకాన్ని కాదండి. మీరు కొంచెం గడువిస్తే పూర్తిగా చెల్లించేస్తాను" వినయంగా విన్నవించాడు. నిర్ఘాంతబోయాను. ఫీజు గురించి మావాళ్ళు ఎక్కువగానే ఒత్తిడి చేస్తుంటారు. ఏమీ అనలేని పరిస్థితి నాది. కార్పోరేట్ కళాశాలల్లో ప్రిన్సిపాల్ కూడా ఇలాంటి విషయాల్లో అశక్తుడే!

"చూసీచూడనట్టు పొమ్మని మావాళ్ళకి చెబుతాన్లే.

ముందు వాడ్ని కాలేజీకి డుమ్మా కొట్టొద్దని చెప్పు. మనసుపెట్టి చదవమని చెప్పు. ఇంటర్లో మంచిర్యాంకు కొట్టాడా ఇంజినీరై మీ అందర్నీ ఉద్ధరించేస్తాడు!"

"ఆ చదువు మరింత ఖరీదైనది కదండీ. ఉట్టికెగర లేనివాణ్ణి... అంత బరువు మోయగలనో లేదో!" గొణుక్కుంటూ వెళ్ళిపోయాడు.

ఆ క్షణంలోనే శర్మది 'గాన్ కేసు' అని నిశ్చయించేసుకున్నాను. అతడిమీద మరిశ్రద్ధపెట్టలేదు. ర్యాంకర్లని 'తయారు' చేయడం మీదే నా దృష్టి కేంద్రీకరించాను. పరీక్షల ముందు వచ్చి కలిశాడు రామనాథ శర్మ. మనిషి దీనంగా ఉన్నాడు.

"మళ్ళీక్షమించాలి. మాట నిలుపుకోలేకపోయాను. ఫీజు బకాయి చెల్లిస్తే గాని హాల్ టికెట్ ఇవ్వనన్నారట. మావాడు ఇంటికొచ్చి ఇక చదవనంటూ ఒకటేఏడుపు. ఇదీ ఒకందుకు మంచిదేలెండి. వాడ్ని మా వృత్తిలోకి దించేస్తాను..." "అదికాదు శర్మగారూ..."

నామాట విన్పించుకోకుండా రెండు చేతులూ జోడించి నమస్కరించి వెళ్ళిపోయాడు.

తర్వాత యాజ్ఞవల్క్యశర్మ అప్పుడప్పుడూ శుభ కార్యాల్లో కన్పించేవాడు. లెక్చరర్ల ఇళ్ళకీ, మిత్రుల ఇళ్ళకీ కూడా వెళ్తూ, పూజలవీ చేయిస్తూ నెట్‌వర్క్ పెంచుకున్నాడు. అన్ని రకాల పూజలూ వ్రతాలూ చిన్నచిన్న శుభకార్యాలూ శ్రద్ధగా జరిపిస్తూ ఎదిగాడు. మా ఇంటికీ వస్తున్నాడు. ఏమైతేనేం పౌరోహిత్యంలో బాగా రాణిస్తున్నందుకు సంతోషించాను.

కాలింగ్‌బెల్ మోగటంతో ఇహానికొచ్చిపడ్డాను. "రావోయ్ శర్మా, ఎలా ఉంది నీ పని?"

"మీ దయవల్ల బాగానే ఉంది సార్" లోపలికొస్తూ అన్నాడు యాజ్ఞవల్క్యశర్మ.

"మూడు పువ్వులూ ఆరుకాయల్లా ఉందని చెప్పు. ఇద్దరు అక్కల పెళ్ళిళ్ళు చేశావు. రేపోమాపో ఫ్లాట్ కొంటావు. పెళ్ళిమాత్రం చేసుకోవు. మూట కరిగిపోతుందని!" మా ఆవిడ కల్పించుకుని అంది.

అతడు ఇబ్బందిపడుతోంటే అన్నాను "చేసుకుంటాడులేవే. కాలూచెయ్యీ కూడదీసుకోనీ. అయినా ఇవాళ రేపు అమ్మాయిలు సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజినీర్లనే కోరుకుంటున్నారు. ఎంత సంపాదిస్తున్నా, పంచె కట్టుకుని పిలక పెట్టుకునే పంతుళ్ళవంక ఎవరూ కన్నెత్తి చూడటంలేదు తెలుసా?" అన్నాను.

శర్మ ముఖం తెల్లగా పాలిపోవడం చూసి గతుక్కుమన్నాను. "నీ సంగతి వేరులే శర్మా. నువ్వీ కాలంలో తప్పబుట్టావు. ఈ రోజుల్లో నీలాగా కుటుంబం కోసం పాటుపడేవాళ్ళని వేళ్ళమీద లెక్కపెట్టవచ్చు. అంతా రెక్కలు రాగానే ఎగిరిపోయే వలసపక్షులే.నీకు చక్కని పెళ్ళిసంబంధం వస్తుందిలేవోయ్"

"అద్సరేగాని మా మనవడికి ఆరోనెల వస్తోంది. అన్నప్రాశన చేయించాలి.మంచి ముహూర్తం చూడు" అంది మా ఆవిడ. నక్షత్రవివరాలు కనుక్కుని, పంచాంగం తిరగేసి, రెండు ముహూర్తాలు పెట్టాడు. "చెప్పు శర్మా,ఏదో సాయం కావాలన్నావేంటి" అసలు విషయంలోకి వస్తూ అడిగాను.

"అమెరికాలోని న్యూజెర్సీ రాష్ట్రంలోని సాయిబాబా ఆలయానికి ఒక పూజారి కావాలిటసార్. మీలాంటి పెద్దవారెవరో చెబితే అప్లై చేశాను.

వారు కోరిన అర్హత లన్నీ నాకున్నాయి. మీ ఇద్దరబ్బాయిలూ అక్కడే ఉంటున్నారు కదా సార్, కాస్త మాట సాయం చేస్తారేమోనని..."

"ఇక్కడ బాగానే సంపాదిస్తున్నావు కదోయ్, మళ్ళీ ఈ అమెరికా పిచ్చి ఏంటి?" "భవిష్యత్తు బావుంటుందనీ... నా గురించి మీ అబ్బాయిలకి చెప్పి..."

"చెప్పిస్తాన్లే. ఎన్ని ఖాళీలున్నాయో ఏమో. అన్ని రకాల పూజలూ హోమాలూ చేయించగలవా?"

"చేయిస్తున్నానండీ. బాబా ఆలయ కాంప్లెక్స్‌లో అందరు దేవుళ్ళవీ ప్రత్యేక పీఠాలున్నాయిట.పదిమంది దాకా పూజారులున్నారు.వారికి వసతి సౌకర్యం ట్రస్టు వారే కల్పిస్తున్నారు. వారిచ్చే జీతంగాక అమ్మగారు చెప్పినట్టు ప్రైవేటు కార్యక్రమాలకూ వెళ్ళవచ్చు. అందుకని..." "ఇంగ్లీషులో మాట్లాడగలవా?"

"ఫరవాలేదండీ. రేపట్నుంచి స్పోకెన్ ఇంగ్లీషు క్లాసులకు వెళతానండీ"

"మరింకేం, కానియ్... నీ అప్లికేషన్ వివరాలవీ ఇవ్వు. సాయి టెంపుల్‌కి మేమూవెళ్ళాంలే. ప్రతి గురువారం అబ్బాయిలూ వెళ్తాంటారు. వారి ఇళ్ళల్లోని అన్నిశుభకార్యాలకీ అక్కడిపురోహితులే వస్తూంటారు. అక్కడ ఇండియన్స్ ముఖ్యంగా తెలుగు తమిళంవాళ్ళు చాలామంది ఉంటున్నారు. నీకు చేతినిండా పనే అనుకో. ఆ ట్రస్టీలు మావాళ్ళకి తెలిసే ఉంటారు. వాళ్ళు రికమండ్ చేస్తారుగాని,నీ ప్రిపరేషన్లో నువ్వు ఉండు. ప్రతిభని ఎవరూ తోసిరాజన్లేరు"

"వచ్చే పదో తారీఖున ఇంటర్వ్యూ సార్. ఫేస్ టైమ్‌లో చేస్తామన్నారు" అప్లికేషన్ జిరాక్స్ కాపీ ఇస్తూ అన్నాడు యాజ్ఞవల్క్యశర్మ.

"శుభం. బాగా ప్రిపేరవ్వు. నీ తెలివితేటలు నాకు తెలుసనుకో. అయినా పోటీ ఉన్నప్పుడు మన ప్రతిభకి మెరుగులు దిద్దుకోవాలి. అప్పుడే విజయం దక్కుతుంది..." రిటైరై ఇంట్లో కూర్చున్నానేమో అవకాశం దొరకడం ఆలస్యం క్లాసు పీకి వదిలాను.

ఆవాళే మా ఇద్దరబ్బాయిలకీ సంగతి చెప్పేను. "శర్మ నా స్టూడెంటురా. చాలా తెలివైనవాడు. ఇంజినీరవ్వాల్సినవాడనుకో. అదృష్టం కలిసిరాక పౌరోహిత్యానికి పరిమితమైపోవాల్సివచ్చింది.

మీరతడి గురించి ట్రస్టీలకు రెండు మంచిమాటలు చెప్పండి. ఒక బ్రాహ్మడికి చేసిన సాయం ఊరికే పోదు. ఎంతో పుణ్యాన్ని ఆర్జించిపెడుతుంది. అశ్రద్ధ చెయ్యకండి సుమా" అన్నాను.

ఆలయ ట్రస్ట్ చైర్మన్‌తో మాట్లాడామనీ, శర్మ ఇంటర్వ్యూ బాగా చేస్తే తప్పకుండా సెలక్ట్ చేస్తానని హామీ ఇచ్చాడనీ, మావాళ్ళు చెప్పారు. ఆ ముక్కే శర్మకిచెప్పాను. అతడి ఆత్మవిశ్వాసం రెట్టింపయ్యింది. "మీ ఋణం తీర్చుకోలేను సార్" అన్నాడు ఫోన్లో.

ఒకరోజున స్వీట్స్ డబ్బాతో వచ్చాడు శర్మ.

"నక్కతోక తొక్కినట్టున్నావేంటి శర్మా" అతడి సంబరాన్ని చూస్తూనే అడిగాను.

"నన్ను పూజారిగా సెలక్ట్ చేశార్సార్. వీసాకి కావాల్సిన పేపర్లన్నీ పంపిస్తామన్నారు. ఇదంతా మీ చలవే సార్..." కళ్ళనుండి ఆనందబాష్పాలు జలజలా రాలిపోతోంటే అన్నాడు యాజ్ఞవల్క్యశర్మ.

"నాదేముందోయ్. ఇది నీ కృషికి లభించిన, ప్రతిభకి వచ్చిన గుర్తింపు, అంతే. అయితే రేపట్నుంచి మా శర్మ ఎన్నారై శర్మ అన్నమాట" అన్నాను.

"ఇక నుంచి రెండు చేతుల్తో డాలర్లు సంపాదించేయొచ్చని గాలిలో తేలిపోతున్నాడు చూడండి" అంది మా ఆవిడ. "సంపాదన గురించి కాదు మేడమ్, నాకింక పెళ్ళవుతుంది!"



ఛాలెంజింగ్ రోల్స్

హిందీ 'క్వీన్' తెలుగు, మలయాళ రీమేక్‌లలో నటించే అవకాశం పొందిన గాయని, తార,యాంకర్, మోడల్ శిబాని దండేకర్ ఉల్లాసంతో ఉరకలు వేస్తున్నది. "రెండు భాషలలోనూ సినిమా చేయాల్సిందిగా ఫిల్మ్‌మేకర్స్ నన్ను సంప్రదించారు.

లిసాహెడెన్ పాత్ర చేసే అవకాశం రావడంతో ఎగ్జయిట్ అయ్యాను. ఎంతో ప్రతిభ చూపగల అవకాశం ఉన్న పాత్ర, ఛాలెంజింగ్ పాత్రలు చేయడం నాకు ఇష్టం. తెలుగు బాగానే వస్తున్నది.

మలయాళం కొంచెం ఛాలెంజింగ్‌గా ఉంది. షూటింగ్ ప్రదేశాలు కనువిందుగా ఉన్నాయి. తమన్నా, మంజిమామోహన్‌లతో కలసి పనిచేయడం బావుంది" అని చెప్పింది.

నేనెవరో తెలుసా!

భారతదేశ చరిత్రను వక్రీకరిస్తూ భారతీయ సమాజాన్ని చిన్నబుచ్చేవిధంగా పాశ్చాత్యులు రచనలు చేస్తే, ఆ పాశ్చాత్య ధోరణినే వంటపట్టించుకున్న స్వతంత్ర భారతదేశపు చరిత్రకారులు అదే ధోరణి కొనసాగించి భారతీయ చరిత్ర ఇంతే అని రాశారు. ఆ చరిత్రకారుల మాటప్రకారం మన దేశ సమాజంలో అన్నింటికీ కులమే ఆధారం.

మహిళలను అణగదొక్కారు. వారికి ఎటువంటి అవకాశాలూ ఇవ్వలేదు.రాజ్యాధికారం అన్ని వర్గాలకూ ఇవ్వలేదు. అలా రాయబడిన విషయాలే నిజమని నమ్మి ఉద్యమాలు చేస్తున్నవారున్నారు. వాస్తవంలో మన సమాజంలో అందరికీ అవకాశాలు ఇచ్చారు.

ధర్మానికి ప్రాధాన్యత. క్షాత్రధర్మం కల్గివున్నవాడు క్షత్రియుడు. అతనే పాలకుడుగా గుర్తింపుపొందాడు. మహిళలు రాజ్యంచేసిన ఘనత మనదేశంలో ఉంది. కాకతీయ రుద్రమదేవి,కిట్టూరు రాణిచిన్నమ్మమొదలుకుని బ్రిటీష్‌వారిమీద పోరాటం చేసిన రాణీ ఝూన్సీబాయివరకు ఎందరో మహిళా పాలకులున్నారు. కాని వారి చరిత్రగురించికాని, వారి సాహసాల గురించికాని ప్రజలకు తెలియనివ్వవు చరిత్ర పుస్తకాలు.

అవసరంలేని పాలకులను అతిగా పొగిడే చారిత్రక పాఠాలను బోధించి పాశ్చాత్య దేశాల భావజాలాలకు బానిసలుగా ఉండేవారిని తయారుచేస్తున్నాయి సామాజిక శాస్త్రాలు. పదహారవ శతాబ్దంనాటికే కన్నడ ప్రాంతంలో మహిళ ఏలిన రాజ్యం ఉందన్న విషయం ఎంతమందికి తెలుసు.

ఆమె పుట్టింది క్షత్రియ కుటుంబంలో కాదు.పుట్టుకతో వైశ్యులు ఆమె. కాని చేపట్టింది క్షాత్రధర్మం.

మెట్టినిల్లు క్షాత్రధర్మం చేపట్టినవారు. మెట్టినింట అడుగుపెట్టిన క్షణంనుండి ఆ కుటుంబ లక్షణాలు అలవరచుకున్నది. వారి ధర్మాన్ని అనుసరించింది. చివరికి అవసరమైనప్పుడు తానే సింహాసనంమీద కూర్చుంది.

'మహిళా మమ్ము పాలించేది!' అని నాటి ప్రజలు అనలేదు.ఒక ఉత్తమ పాలకురాలు అని కొనియాడారు. ఆమె నాయకత్వంలో ఢిల్లీ చక్రవర్తులను ఎదిరించారు. ఔరంగజేబును నిలువరించారు. శివాజీ పుత్రునికి ఆశ్రయం కల్పించారు. ఇదంతా ఆమె మంత్రాంగం. అదంతా ఆమె పాలనాకాలంలోని విశేషం.

ఒక్క సంవత్సరం, రెండేళ్ళు ఆపద్ధర్మంగా పాలించటం కాదు, ఏకంగా పాతికేళ్ళపాటు రాజ్యాన్ని పాలించి శభాష్ అనిపించుకుంది. స్వయంగా యుద్ధరంగంలోకి దిగి సైనికులను నడిపించింది.

విజయనగర సామ్రాజ్య పతనంతర్వాత ఆ సామ్రాజ్యంలో సామంతులుగా ఉన్నవారు చాలామంది తమకుతాముగా సొంత రాజ్యాలను ఏర్పరుచుకుని పాలకులయ్యారు. అలా నేటి కర్ణాటక ప్రాంతం మల్నాడు ప్రాంతాన్ని తన చేతికిందికి తెచ్చుకున్నాడు. ఆ వంశంలో 1644 సంవత్సరంలో పాలకుడు అయినవాడు సోమశేఖరనాయకుడు.

అతను భక్తిలో మునిగి క్షాత్రధర్మం వదిలి సన్యాస జీవితంవైపు వెళుతున్నాడని ఇతర రాజులు భావించారు. తమ పిల్లను ఇస్తామన్నా అతను అంగీకరించకపోవటంతో వారికి సందేహం కలిగింది.

సరిగా ఆ సమయంలో రామేశ్వరంలో జరిగే తిరునాళ్ళకు వెళ్ళిన రాజు అక్కడి ఒక వ్యాపారి కూతురిని చూసి మనసు పారేసుకున్నాడు. రాజవంశానికి ఆవల పెళ్ళి అభ్యంతరకరం అన్నారు మంత్రులు.

తనది ప్రేమమార్గం అని, వంశ సాంప్రదాయాలు అనవసరం అని ఆయన పట్టుబట్టటం, చివరికి శెట్టిగారి కుటుంబం తన కూతురుని క్షత్రియ కుటుంబంలోనికి పంపటానికి ఇష్టపడటంతో ఆమె ఆ రాజ్యానికి రాణి అయింది. నాటివరకు నేర్చిన వ్యాపార మర్మాల్ని పక్కన పెట్టి, క్షాత్రధర్మాలను చేపట్టింది ఆమె.

గుర్రపు స్వారీ, ఆయుధాల ప్రయోగం, యుద్ధ నైపుణ్యం వంటివి అన్నీ నేర్చుకుంది. రాజకీయ మంత్రాంగం, నిర్ణయాల్లో సర్వులతో సంప్రదింపులు వగైరాలన్నీ వంటపట్టించుకుంది. సాహిత్యం, సంగీతంలోనూ ఆసక్తి పెంచుకున్నది. భర్తకు ముఖ్య సలహాదారురాలైంది.

రాజు హఠాత్తుగా ఒక నర్తకిమీద మనసుపడి అంతఃపురానికి దూరమయ్యాడు. ఆయన పాలన పట్టక ప్రవర్తిస్తుంటే రాజ్యంలో అల్లకల్లోలమైంది.

ఆమెకు సంతానం లేదు. ఆ తర్వాత రాజ్యం పరిస్థితి ఏమిటన్నది ప్రశ్న. చుట్టూ సుల్తానులు అదను కోసం చూస్తున్నారు. బీజాపూర్ సుల్తాన్ పన్నిన కుట్రలో ఆమె భర్త హత్యకు గురయ్యాడు. సంతానం లేనందున దత్తత తీసుకోవాలన్న ఆమె నిర్ణయాన్ని వ్యతిరేకించి మంత్రి దూరమయ్యాడు.

. బీజాపూర్ సుల్తాన్ దండెత్తి వచ్చాడు. ఇక లాభం లేదని వెనక్కితగ్గి, చిట్టడవిలోని మరో కోటకి మకాం మార్చింది. అక్కడ తిరిగి తన బలగాలను పెంచుకుని, తిరిగివచ్చిన మంత్రిని క్షమించి ఎదురుదాడికి దిగి తిరిగి రాజధాని కోటను గెలుచుకుంది.

తన భర్త హత్యకు కుట్రపన్నినవారిని బంధించి ఉరితీయించింది. నాటినుండి ఆమె ప్రజలు మెచ్చిన రాణి.ఒకవైపు భగవంతుని ధ్యానం, మరోవైపు పాలన, ఆమె జీవితం ఆ రాజ్యానికి అంకితం చేసింది.

అందమైన రూపం, ముఖాన విభూదిరేఖలతో సింహాసనం అధిష్ఠించేందుకు అవసరమైన నగలతో హుందాగా ఉండేది. ధర్మపాలకుడు ఎవరికీ భయపడనక్కరలేదన్నది ఆమె భావన. ఆమె నమ్మకం వమ్ముకాలేదు. తన ధర్మపాలనే ఆమెను మైసూరు ప్రభువులమీద విజయం సాధించేలా చేసింది.

బీజాపూర్ సుల్తాన్‌ని భయంతో దూరంగా ఉంచింది. పోర్చుగీసువారితో వ్యాపార సంబంధాలు ధైర్యంగా నెలకొల్పింది. మతంకాదు, ధర్మం ముఖ్యమన్నది ఆమె పాలనా విధానం.

ఔరంగజేబు శివాజీ పుత్రులలో శంభాజీని బ్రతికుండగానే చర్మం ఒలిపించాడు. మరో పుత్రుడు రాజారామ్‌ని అలాగే హింసించాలని వెంటపడ్డాడు. అటువంటి సేనలు వెంటాడుతుండగా అతడు రక్షణకోసం ఆశ్రయించింది ఈ రాణీనే.

మిగిలిన పలు మగరాజులు ఔరంగజేబుకు భయపడి రాజారామ్‌ని వదిలివేసినపుడు తల్లిలా అక్కున చేర్చుకుని, సేదతీరేందుకు అవకాశమిచ్చి, క్షేమంగా అక్కడినుండి వెళ్ళిపోయేందుకు అవకాశం కల్పించింది. రాజారామ్‌ని తనకు అప్పగించమని ఔరంగజేబు లేఖ పంపితే అతను మా రాజ్యంగుండా వెళ్ళాడేమో తెలియదని సమాధానం పంపింది.

నమ్మక తన కొడుకు సేనాధిపతిగా సైన్యాన్ని పంపినపుడు వారిని మధ్యలోనే అటకాయించి సంహరించి వెనక్కితగ్గేలా చేయగలిగిన రాణి ఆమె. ఆమె ఉన్నంతకాలం ఆ రాజ్యాన్ని ఎవరూ ఏమీ చెయ్యలేకపోయారు. తన పెంపుడు కొడుక్కి పాలన అప్పగించి పూర్తిగా ఆధ్యాత్మికతలోకి వెళ్ళింది.

నేడు ప్రజలు విరివిగా సందర్శిస్తున్నటువంటి కొల్లూరులోని మూకాంబికా ఆలయం, శృంగేరీలోని శారదాంబ ఆలయాలకు ఆమె భూములను ఇచ్చి అక్కడే ఎక్కువ సమయం గడుపుతూ జీవితం చాలించింది. ఇంతకీ...

1. ఎవరు ఆ రాణి?

2. ఆమె రాజ్యపు రాజధాని ఏది?

ఈ క్రింది ప్రశ్నలకు సమాధానాలు ఇన్‌లాండ్ కవర్‌పై రాసి స్వాతి చిరునామాకు 17 ఫిబ్రవరి 2018 తేదీలోగా పంపించండి. కరెక్టు సమాధానాలు రాసినవారిలో లాటరీ పద్ధతిద్వారా ఒకరిని విజేతగా ఎంపిక చేసి ₹ 500/- నగదు బహుమతిని అందజేస్తాం.

2.2.2018 సంచికలో ప్రచురించబడిన 'నేనెవరో తెలుసా!' శీర్షిక సమాధానాలు :
1. నందలాల్ బోస్
2. అవనీంద్రనాథ్ ఠాగూర్

₹ 500/- బహుమతి పొందిన విజేత :
మల్లిడి విజయభాస్కరరెడ్డి, ఫోటో మేజిక్ స్టూడియో, కలువపువ్వు సెంటర్, మండపేట-533308, తూ.గో. జిల్లా


Courtesy : Mother and Baby

నవమాసాలలో సెక్స్

ఎవరి శరీరతత్వం ఏదో తెలియనికోణాల్లో, వైద్య సహాయం అంతగా లేని రోజుల్లో గర్భిణీ స్త్రీలందరికీ ఒకేలాంటి నిబంధన పెట్టారు పెద్దలు. కడుపుతో ఉన్నప్పుడు సెక్స్ వద్దు అన్నది ఆ నిబంధన. అనవసరపు ఇబ్బందులు కొనితెచ్చుకునే కన్నా సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండటం మంచిదన్నది పెద్దల మాట.

కాలం మారి, విజ్ఞానం పెరిగిన తర్వాత కడుపుతో వున్నప్పటికీ సెక్స్‌లో పాల్గొనవచ్చు, అని చెపుతూనే కొన్నిరకాల పరిస్థితులలో నిబంధనలు అవసరమే అంటున్నది వైద్యశాస్త్రం. సందర్భాన్ని బట్టి వైద్యుని

లైంగికపరిజ్ఞానం లేనప్పుడు ప్రతిదీ సందేహంగానే ఉంటుంది. లైంగికంగా సంసిద్ధత అమ్మాయిలకు అవసరం. ఆ విషయంలో పెద్దలశిక్షణ పరిమితం. అందుకే తొలి బహిష్టునుండి అమ్మాయిల మనసులో భయం, ఆందోళన మొదలవుతుంది.

ప్రతినెలా జరిగేదానికి అలవాటుపడటానికి కొంత సమయం పడుతుంది. హార్మోన్‌ల హెచ్చుతగ్గులు ఒక సమస్య. నెట్టుకొచ్చే కోర్కెలు ఒక ఇబ్బంది.

వివాహం అనగానే మరల భయం. పురుషాంగ ప్రవేశ భయం. తెలియని బాధ. ఒకవైపు కావాలనిపించే శరీరం, మరోవైపు భయపెట్టే మనసు. అదో కొత్త అనుభవం. తిరిగి ఆ అనుభవానికి అలవాటు పడటానికి కొంత సమయం పడుతుంది.

ఆ లైంగిక ఆనందం అలా అలవాటుపడుతుండగానే ప్రకృతి సహజంగా జరిగే పరిణామం కడుపు పండటం. ఇది ఒక్కొక్కరికి ఒక్కో సమయంలో వస్తుంది. తొలి సమాగమంలోనే కడుపు వస్తుంది కొందరికి. పూర్తిగా సెక్స్ గురించిన అనుభవం పొందకుండానే కడుపులో బిడ్డ పెరగటం మొదలవుతుంది.

ఒకవైపు పొందాలనుకుంటున్న సెక్స్ ఆనందం, మరోవైపు కడుపులో బిడ్డ భద్రతపై భయం. ఈ తొమ్మిది నెలల కాలం ఎలా! అనే ప్రశ్న.

ఆయన్ని దగ్గరకు రానివ్వకూడదా! సెక్స్ తగదా! అనే ప్రశ్నలు ఆమెలో చెలరేగుతాయి. ఈలోగా పెద్దలు, సాటివారు ఇచ్చే సలహాల గందరగోళం. ఒకవైపు శరీరం కావాలనుకుంటుంది.

మనసులో బాహ్యారూపం కదులుతుంటుంది. తాను కోరిక అదుపు చేసుకోకుంటే బిడ్డకు క్షేమం కాదేమోనన్న సందేహం. ఈ గందరగోళం మధ్య మనసు, శరీరం రెండువైపులకు లాగుతుంది.

ఆయన్ని సుఖానికి దూరం చేస్తున్నానా అనే బెంగ వెంటాడుతుంది. ఈ సమస్యలకు పరిష్కారం లైంగిక పరిజ్ఞానం సంపాదించటమే. వాస్తవంలో కడుపులో బిడ్డకు లైంగిక అనుభవం కొనసాగింపుకు ఎటువంటి అడ్డంకీ లేదు. అయితే కొన్ని జాగ్రత్తలు అవసరం. అందరి శరీరాలూ ఒకలాంటివి కావు.

ఇబ్బందిపెట్టని భంగిమలు

గర్భిణులు సెక్స్‌కి దూరం కానక్కర్లేదు. ఆ సమయంలో తమకు ఇబ్బందిపెట్టని ఇతర సెక్సీ భంగిమలతో సెక్స్‌ని అనుభవించగలరు.

వెనుక నుండి... ఈ భంగిమనే రెండు స్పూన్లు ఒక దానిలో ఒకటి ఇమిడినట్లుగా ఉండే భంగిమ అంటారు. అందుకే స్పూనింగ్ భంగిమ అని ఇంగ్లీషువారు పేరుపెట్టారు. ఇందులో ఇద్దరు పక్కపక్కనే పడుకుంటారు. ఆమె వెనక ఆయన పడుకుంటారు. అలా వెనుకనుండి దగ్గరకు తీసుకుని అంగప్రవేశం చేసినందున పురుషాంగం మరీ లోపలికివెళ్ళి ఇబ్బందిపెట్టదు.

ఆమె పైన ఉండి... ఈ భంగిమలో పురుషుడు వెల్లకిలా పడుకోగా ఆమె ఆయన మీద ఉంటుంది. కాబట్టి ఎంత వేగంగా కదలికలు ఉంటాయి, లోపలికి పురుషాంగ ప్రవేశం ఎంత మేరకు జరుగుతుందనేది ఆమె అదుపులో ఉంటాయి. ఆమె సౌకర్యానికి తగినట్టుగా అంతా జరుగుతుంది.

పరుపు పక్కన ఉండి... ఈ భంగిమలో ఆమె వెల్లకిలా పడుకుంటుంది. పరుపు చివరికి జరిగి కాళ్ళను మంచం కిందికి పెడుతుంది. ఆమె అంగ భాగం అందులో ఉంటుంది. పురుషుడు నిలబడి ఉంటాడు. అప్పుడు చేసే అంగప్రవేశం వల్ల ఆమె పొట్టమీద అతని బరువు పడదు.

సోఫా భంగిమ... సోఫాలో మోకాళ్ళమీద కూర్చుని చేతులతో శరీర బరువుని ఆమె నియంత్రించుకోగలిగితే పురుషుడు ఆమె వెనుక నుండి అంగప్రవేశం చేస్తాడు. ఇందులో ఆమె శరీరంమీద ఎటువంటి ఒత్తిడీ పడదు.

సంప్రదిస్తూ తమ సెక్స్ జీవితం ఆ కీలకమైన తొమ్మిది నెలలు కొనసాగించవచ్చన్నది నేటి సూత్రం.

గర్భం దాల్చినవారు

గర్భ సమయంలో పెద్దలు పెట్టిన నిబంధనలు, అవి ఏ మేరకు వాస్తవం అనే విషయం అర్థం చేసుకోవాలి. కడుపుతో ఉన్నప్పుడు సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండాలనేది ఒక జాగ్రత్తగా కొందరికి చెప్పే విషయమేకాని అందరికీ వర్తించేది కాదు.

గర్భం దాల్చిన తర్వాత సెక్స్‌లో పాల్గొనవచ్చు. అయితే కడుపులో బిడ్డ పడిన తర్వాత తొలి మూడు నెలలు, ప్రసవానికి రెండు నెలలు ముందు సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండటం అవసరం.

గర్భం దాల్చినవారు తొలి మూడునెలల్లో సెక్స్‌లో పాల్గొంటే ప్రసవ సమయంలో సమస్యలు వచ్చే అవకాశముంటుంది. అదే విధంగా చివరి రెండునెలల కాలంలో సెక్స్‌వల్ల ప్రసవం త్వరగా రావొచ్చు అని అంటారు నిపుణులు. నెలలు నిండకుండా బిడ్డ పుట్టే ప్రమాదం ఉంటుందనేది హెచ్చరిక.

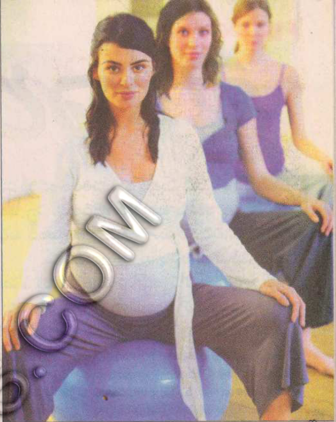
గర్భిణీ స్త్రీలు ఎటువంటి అసౌకర్యం అనిపించినా సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండటం అవసరం.

గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు సెక్స్ కోర్కెలు కలిగినా బలవంతంగా అణచుకోవాల్సిందేనని సూచిస్తారు పెద్దలు. కాదని సెక్స్‌లో పాల్గొని భావప్రాప్తి స్థాయికెళితే దాని ప్రభావాన గర్భస్రావమవుతుంది జాగ్రత్త అన్నది హెచ్చరిక. ఈ భయం చాలామందిని వెంటాడుతుంది.

అయితే భావప్రాప్తివల్ల గర్భసంచిమీదుండే ప్రభావం అధ్యయనం తెలియచేసిన అంశం భిన్నమయింది. భావప్రాప్తికి చేరినప్పుడు శరీరంలో విడుదలయ్యే ఆక్సిటాసిన్ అనేహార్మోన్ విడుదలవుతుంది.

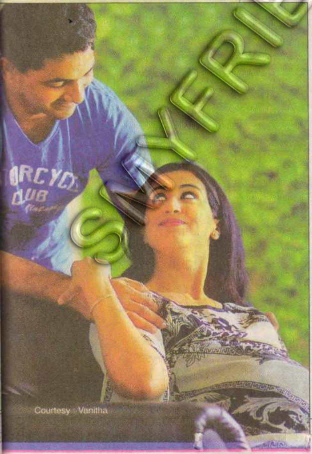
దాని ప్రభావాన గర్భాశయ గోడలు కొద్దిగా కదులుతాయి. కాని ఆ కదలికలు పిండాన్ని బయటకు పంపేంత తీవ్రంగా ఉండవు. అయితే ఆ సమయంలో సెక్స్ అసౌకర్యంగా ఉంటుంది. ఆ అసౌకర్యం ఒక భయాన్ని తెస్తుంది. అందువల్ల గర్భ సమయంలో సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండాల్సివస్తుంది.

గర్భ సమయంలో సెక్స్‌వల్ల గర్భస్రావం అవుతుందనే అభిప్రాయం వుంది. అది నిజం కాదు. పిండం గర్భాశయంలో సరిగా స్థిరపడి, తల్లి కణజాలంతో సంబంధం సక్రమంగా ఏర్పడి ఉంటే గర్భస్రావానికి అవకాశమే లేదు. తొలి గర్భం పోయినప్పుడు రెండవసారి గర్భం వచ్చినప్పుడు సెక్స్ విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండటం అవసరం.



పరుగు భంగిమ... మంచంమీద పడుకుని, ఒక కాలు చాచి, రెండవ కాలు మడవాలి.

మడిచిన కాలుకింద రెండు దిండ్లు ఎత్తుగా పెట్టుకుంటే, పురుషుడు వెనుకనుండి ప్రవేశించగలడు. దీనివలన మంచిస్పర్శ, పడుకున్న భంగిమలో కౌగిలి సుఖం దక్కుతాయి.



జాగ్రత్తలు అవసరం

గర్భస్రావం ఒక్కసారి జరగనివారు కడుపుతో ఉండగా సెక్స్‌కి ఎటువంటి అడ్డంకీ లేదు. ఐతే దంపతులలో ఏ ఒక్కరికైనా లైంగికవ్యాధులున్నప్పుడు సెక్స్ విషయంలో జాగ్రత్త అవసరం.

గర్భాశయంలోకి సూక్ష్మజీవులు ప్రవేశించే అవకాశంలేకున్నా లైంగిక వ్యాధికారక జీవులవలన పిండానికి ఇబ్బంది కలుగుతుందనేది భయం. ఆ సమయంలో స్త్రీ, పురుషులు పరీక్ష చేయించుకోవటం అవసరం.

ప్రసవం తర్వాత ఒక సంవత్సరం వరకు సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండాలన్న నమ్మకం చాలామందిలో ఉంది. కాని అది నిజం కాదు. ప్రసవం తర్వాత నాలుగు వారాలలో శరీరం తిరిగి సెక్స్‌కి సిద్ధమవుతుంది.

నిజానికి సెక్స్‌లో పాల్గొనమని సూచిస్తారు. ఐతే అందరి శరీరం ఒకలాంటిదికాబట్టి ఆ సమయంలో స్త్రీకి ఉండే కోరిక శారీరక అసౌకర్య స్థితినిబట్టి సెక్స్ గురించి ఆలోచించటం మంచిది.

శరీరతత్వాన్నిబట్టి

శరీరతత్వం అనేది సెక్స్‌కి కీలకం. స్త్రీలందరి ఆరోగ్యస్థితి ఒకేలా ఉండదు. కొందరికి పిండం స్థిరపడటంలో తేడా ఉంటుంది. గర్భస్రావం అయ్యే అవకాశాలు అధికం. గర్భసమయంలో ఇతర సమస్యలుంటాయి. అటువంటివారంతా వైద్యుని సంప్రదించి వారి సూచనలమేరకే సెక్స్‌లో పాల్గొనటం మంచిది.

మిగిలిన ఇతర ఇబ్బందులు ఏవీ లేనివారికి గర్భ సమయంలో సెక్స్‌కి అభ్యంతరం లేదు. అయితే కోరిక, శరీర సౌకర్యం అనేవి చూసుకోవాలి.

కొన్నిరకాల ఇబ్బందులు కలవారు గర్భం దాల్చినప్పటినుండి ప్రసవంవరకు సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండాల్సింది. గర్భిణిగా ఉండగా రక్తం కనిపిస్తే సెక్స్ వద్దు. లైంగిక వ్యాధులున్నవారు, అధిక రక్తపోటు కలవారు సెక్స్‌కి దూరంగా ఉండటం మంచిది.

పొట్టమీద ఒత్తిడి పడకుండా చూసుకోవాలి. సెక్స్ తర్వాత బ్లీడింగ్ కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యుని సంప్రదించటం అవసరం. ఏదైనా శరీర స్పందనలు, మానసిక స్పందన బట్టే సెక్స్. బలవంతపు సెక్స్ వద్దు.

అసౌకర్యంగా ఉంటే ఆ విషయం చెప్పి పురుషుడిని దూరంగా ఉంచండి. అంగప్రవేశం లేని ప్రేమపూర్వక చిలిపి పనులతో ఆ సమయంలో సరిపెట్టుకోండి. పుట్టబోయే బిడ్డను జాగ్రత్తగా చూసుకోవాలి కదా!

టి. హేమసుందర్

జై భారత్

సిం కల్‌లో ట్రాన్స్‌మీటర్ దొరికేసరికి అందరికీ విపరీతమైన షాక్ కలిగింది. ఒక ఇంగ్లీష్ ట్యూటర్ ఇండియన్ స్పై అంటే నమ్మలేకపోయారు. కోపంతో రగిలిపోయారు. వెంటనే కొంతమంది అధికారులు ప్రద్యుమన్‌ను వెతకటానికి నాలుగువైపులు బయలుదేరారు.

ఒక్కసారిగా కంటోన్మెంట్ ఏరియాలో హడావిడి మొదలైంది. ప్రద్యుమన్‌ను పట్టుకోవటానికి తలో దిక్కువెళ్ళారు. వాళ్ళలో ఇద్దరు అధికారులు సింగ్ రెస్టారెంటుకొచ్చారు. "కామ్రేడ్ ప్రద్యుమన్ ఉన్నాడా" అనడిగాడు ఒక అధికారి.

"లేడు ఇంతకుముందు వచ్చి కాఫీ తాగి వెళ్ళిపోయాడు. తరువాతకనిపించలేదు" అన్నాడుసింగ్.

అతని మాటలు నమ్మారో లేదో తెలియదు కాని అధికారులు మాత్రం రెస్టారెంటు మొత్తం వెతికారు. తరువాత హడావిడిగా అక్కడనుంచి వెళ్ళిపోయారు. అప్పుడే వ్యాన్ మెల్లగా బయలుదేరింది.

గేటు దగ్గర ఇద్దరు మిలిట్రీ జవాన్లు వ్యాన్‌ను ఆపమని సైగ చేశారు. డ్రైవర్ ఆపాడు. అధికారులు వ్యాన్ పైనా కిందా అంతా వెతికారు. కాని వాళ్ళకు ఎక్కడా ప్రద్యుమన్ కనిపించలేదు.

క్లియరెన్స్ ఇవ్వటంతో వ్యాన్ గేటులోంచి బయట పడింది. వ్యాన్ రోడ్డుమీద వేగంగా పరుగులు తీస్తోంది. డబ్బాలో కూర్చున్న ప్రద్యుమన్ గుండెలు రాకెట్ వేగంతో కొట్టుకుంటున్నాయి.

ఒకవైపు అతనికి చాలా బాధగా ఉంది. ఆరు నూరైనా బ్లాక్ కోబ్రాను హైజాక్ చేసి తీసుకురమ్మని సిన్హా చెప్పాడు. దానికి తగిన పథకం కూడా రెడీ చేసుకున్నాడు. కాని ఇప్పుడు అర్ధాంతరంగా చైనీస్ ప్రభుత్వం బ్లాక్ కోబ్రా ప్రాజెక్ట్‌ను ఆపేసింది.

అయినా ఆ నిర్ణయంతో ప్రద్యుమన్‌కు పనిలేదు. అతని పని బ్లాక్ కోబ్రా విమానాన్ని హైజాక్ చేసి ఇండియా తీసుకువెళ్ళి భారత ప్రభుత్వానికి అప్పగించాలి. కాని ఇపుడు ఆ కార్యం విఫలమైంది.

అనుకోకుండా తన ఐడింటి బయటపడిపోయింది. ఈపాటికి చైనీస్ అధికారులు తనకోసం వేట మొదలు పెట్టి ఉంటారు. ఆరునూరైనా తనుమాత్రం ప్రాణాలతో వాళ్ళకు దొరకటానికి వీలులేదు.

అంతగా అవసరం అయితే ఆత్మహత్య చేసుకుంటాడు. అతను ఈ రకంగా ఆలోచిస్తుంటే వ్యాన్ వేగంగా దూసుకుపోతోంది.

అక్కడనుంచి సింగ్ ఇంటికి వెళ్ళటానికి దాదాపు గంట పడుతుంది. అది ట్రాఫిక్ జామ్ లేకపోతే. ఒక వేళ ట్రాఫిక్ జామ్ ఉంటే గంటన్నర పడుతుంది. స్థలం ఖరీదు తక్కువగా దొరకటం వల్ల సిటీకి కొంత దూరంలో ఇల్లు కట్టుకున్నాడు సింగ్.

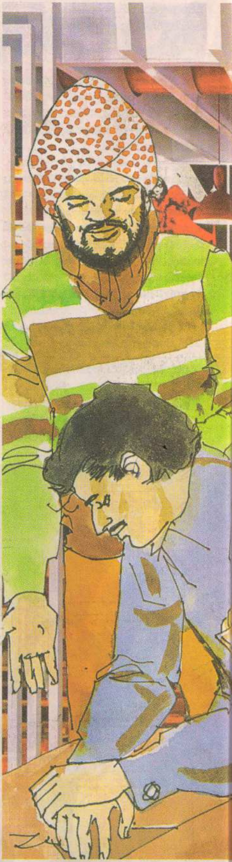
పావుగంట ప్రయాణం చేసిన తరువాత వ్యాన్ ఉన్నట్టుండి ఆగిపోయింది. ముందువరుసగా వాహనాలు ఆగి ఉన్నాయి. సిగ్నల్ పాయింట్ దగ్గర ఒక బారక్స్ వేశారు. అక్కడ పదిమంది మిలిట్రీ అధికారులు ఉన్నారు. అటువైపు వస్తున్న ప్రతివాహనాన్నీ పూర్తిగా చెక్ చేస్తున్నారు.

వ్యాన్‌కు ముందు నాలుగు వాహనాలు ఉన్నాయి. ఒక్కొక్క వాహనం చెక్ చెయ్యటానికి అయిదు నిమిషాలు పడుతోంది. ఈ లెక్కన చూస్తే వాహనం చెక్ చెయ్యటానికి పావుగంట పడుతుంది.

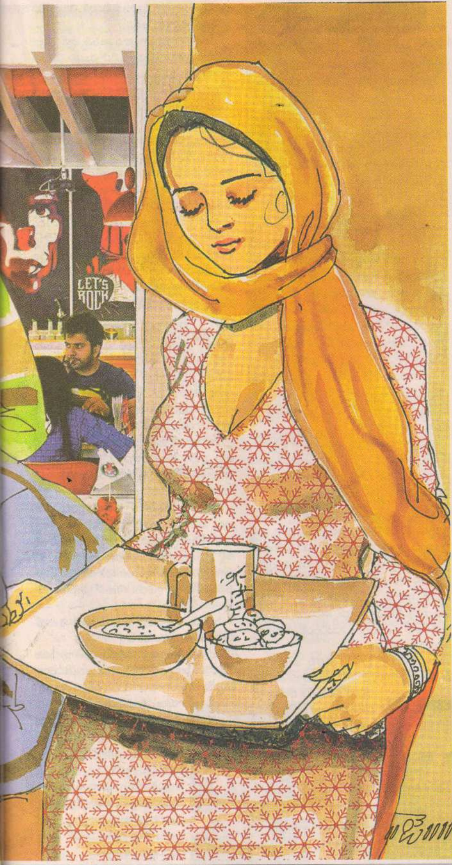
కొంచెం కూడా కదలకుండా పెట్టెలో ఒదిగిపడు కున్నాడు ప్రద్యుమన్. సరిగ్గా పావుగంట తరువాత వాహనం వంతు వచ్చింది.

అధికారులు డ్రైవింగ్ సీటులో ముందు డ్రైవింగ్ సీటులో చెక్ చేశారు. డ్రైవర్ దగ్గర ఉన్న డాక్యుమెంట్స్‌ని పరిశీలించారు. తరువాత వ్యాన్‌పైకి వెళ్ళి చూశారు. పైన టార్పాలిన్ కప్పి ఉంది. దాన్ని పైకిలేపి కిందఏమున్నదో చూశారు. కొన్ని కూరగాయలు వంటసామానులు కనిపించాయి.

కాని ఎవరూ బాగా కిందికి వంగి వ్యాన్ కింద చూడలేదు. అధికారుల చెకింగ్ పూర్తయిన తరువాత వ్యాన్ మళ్ళీ బయలుదేరింది. ఈసారి ఏ ఆటంకం లేకుండా వ్యాన్ గమ్యస్థానం చేరుకుంది. సింగ్ ఇంటి ముందు ఆగింది వ్యాన్. గుమ్మందగ్గర సింగ్ భార్య కౌర్ వీళ్ళకోసం ఎదురుచూస్తూ నిల్చుని ఉంది.



చిత్ర వెంకటేష్



వ్యాన్ కిందికి వెళ్ళి డ్రైవర్ పెట్టె తలుపులు తెరిచాడు. ప్రద్యుమన్ వెంటనే బయటపడ్డాడు.

కౌర్ అతన్ని ఆప్యాయంగా పలకరించి మేడ మీదకు తీసుకువెళ్ళింది.

"మీరు ఈ గదిలో హాయిగా ఉండవచ్చు. మీరు స్నానంచేసి తయారుగా ఉండండి. కాఫీ టిఫిన్ పంపిస్తాను" అని నవ్వుతూ వెళ్ళిపోయింది కౌర్.

సింగ్ భార్య చూపించిన ఆప్యాయతకు ప్రద్యుమన్ కళ్ళు చెమర్చాయి. భాష వేరు కావచ్చు. కులం వేరు కావచ్చు. మతం వేరుకావచ్చు కాని మనం అంతా భారతీయులం అన్న వాదం చాలు అందరినీ కలపటానికి.

ఆ పవిత్రమైన వాదమే సింగ్‌ను అతన్ని కలిపింది. తనకు సహాయపడేలా చేసింది. అంతేకాకుండా సింగ్ భార్యకూడా తన భర్త వ్యవహారాలలో చేదోడు వాదోడుగా ఉంటుంది. ఎంతో సహాయం చేస్తుంది.

ప్రద్యుమన్ స్నానంచేసి గదిలో ఉన్న వార్డ్ రోబ్ తెరిచాడు. అందులో జీన్స్ టీషర్ట్స్ కనిపించాయి. ఆశ్చర్యం ఏమిటంటే జీన్స్ టీషర్ట్ అతనికి అతికినట్లు సరిగ్గా సరిపోయాయి. గదిలో టీపాయ్ మీద రెండు ఇంగ్లీష్ నవలలు ఉన్నాయి.

వాటిలో ఒక పుస్తకం తీసుకుని చదువుతూ కాలక్షేపం చేశాడు. కొంచెంసేపయిన తరువాత పనివాడు వచ్చి టిఫిన్ కాఫీ సర్వ్ చేసి వెళ్ళిపోయాడు. పుస్తకం చదువుతూనే గాఢనిద్రలోకి జారుకున్నాడు.

ఎంతసేపు నిద్రపోయాడో తెలియదు. కళ్ళు తెరిచేసరికి రాత్రి ఏడుగంటలు కావస్తోంది. పనివాడు అప్పుడే భోజనం తీసుకుని వస్తున్నాడు. "మీ అయ్యగారు వచ్చారా" పనివాడిని అడిగాడు ప్రద్యుమన్.

12 జరిగిన కథ

ఎవరో దుండగులు కాలేజీ నుంచి వస్తున్న స్వాతిని కిడ్నాప్ చేస్తారు.

రెండ్రోజుల ముందు ముందు కొట్టి నీతో అఫీషియల్ విషయాలు మాట్లాడాను, అవే మిటో చెప్పమని ప్రద్యుమన్‌ని నిలదీస్తాడు లీ. నాతో అఫీషియల్ విషయలేం మాట్లాడ లేదని బుకాయిస్తాడు ప్రద్యుమన్.

తన కూతురు స్వాతి కనబడటంలేదని విశాలాక్షి ప్రద్యుమన్ ఇచ్చిన నెంబరుని ఇన్‌స్పెక్టర్‌కి ఇస్తుంది. కిడ్నాప్ చేసిన ఆగంతకుడు స్వాతిని ఆమె కుటుంబం గురించి, ప్రద్యుమన్ గురించి వివరాలు అడుగుతాడు.

గౌతమ్ గురించి ఎంక్వయిరీ తీయిస్తుంటాడు మావ్. ప్రకాశ్ అనే అతను గౌతమ్ ఎక్కడ వుందీ మావ్‌కి చెబుతాడు. అది వింటుంది సుజి. జరిగినదంతా గౌతమ్‌కిచెబుతుంది సుజి. కిడ్నాపర్ స్వాతిని ఆమె ఇంటిలో వదిలేసి వెళ్ళిపోతాడు. ఇక చదవండి.



పనితోనే హుషారు

కొందరికి అదేపనిగా పనిచేయాలంటేభయం, ఇంకొందరు పనిలేకపోతే అస్సలు తట్టుకోలేరు. గ్లామర్ భామ శృతీహాసన్ రెండో కోవకు చెందుతుందట. ఈ విషయాన్ని తనే స్వయంగా చెప్పుకున్నది. "ఊపిరి సలపనంత పని వుంటే నేను హుషారుగా వుంటాను.

ఒకేసారి మూడు, నాలుగు పనులు చేయగలిగినప్పుడేకదామన సత్తా బయటపడేది.పని, సవాళ్ళు లేకపోతే మెదడు మొద్దుబారిపోగలదు.ఖాళీగా ఉంటే అలసిపోయినట్లనిపిస్తుంది" అంటోంది.

"ఇప్పుడే వచ్చారు. భోజనం చేస్తున్నారు. పది నిముషాలలో మీ దగ్గరికి వస్తానని చెప్పమన్నారు" అన్నాడు పనివాడు.

ఉదయం నుంచి ప్రద్యుమన్ ఏం తినలేదు. విపరీతమైన ఆకలి వేసింది. ఆవురావురుమంటూ భోజనం చేశాడు. భోజనం చేసిన తరువాత సిగరెట్ వెలిగించి రిలాక్స్ అయ్యాడు.

పావుగంట తర్వాత పనివాడు వచ్చాడు భోజనం ప్లేటు తీసుకువెళ్ళటానికి. పనివాడు వెళ్ళిపోయిన తరువాత పదినిమిషాలకు సింగ్ వచ్చాడు. నవ్వుతూ ప్రద్యుమన్‌ను పలకరించాడు.

"ఎలా ఉంది నా భార్య చేతివంట, నీకు నచ్చిందా" ప్రద్యుమన్‌ను నవ్వుతూ అడిగాడు సింగ్.

"అద్భుతంగా ఉంది. నీ భార్య ఆతిథ్యం నేను జన్మలో మరచిపోలేను సింగ్. నీకెలా థాంక్స్ చెప్పాలో అర్థంకావటంలేదు" అన్నాడు ప్రద్యుమన్.

"మనమంతా ఆ భారతమాత ముద్దుబిడ్డలం. ఒకరికి ఒకరు సహాయం చేసుకోవటంలో ఆశ్చర్యం ఏముంది. పైగా మనమందరం ఒకే వృత్తిలో ఉన్నాము" అన్నాడు సింగ్. "సరే ఆ విషయం పక్కన పెట్టు.బైట పరిస్థితులు చాలా దారుణంగా ఉన్నాయి.మొత్తంమిలిట్రీ నిన్ను పట్టుకోవటానికి ప్రయత్నం చేస్తున్నాయి.

బస్టాండులో, రైల్వేస్టేషన్‌లో, ఎయిర్ పోర్ట్‌లో, ఒక చోట ఏమిటి ప్రతి చోటా వాళ్ళు నీకోసం వెతుకుతున్నారు. ఈ పరిస్థితిలో నువ్వు బయటకు వెళ్ళటం ఎంతమాత్రం మంచిది కాదు"

"అలాగని ఇక్కడ ఎన్ని రోజులు ఉండమంటావు. ఇక్కడ మాత్రం క్షేమంగా ఉండగలమని గ్యారంటీ ఏముంది. ఈరోజు కాకపోయినా రేపయినా మాన్ ఈ స్థలం తెలుసుకుని వస్తాడు.

నేను ఇక్కడ కనిపిస్తే నీకు, నీ కుటుంబానికి చాలా ప్రమాదం. ఇంతకాలం నువ్వు ఎంతో జాగ్రత్తగా కాపాడుకుంటున్న నీ అసలు ఐడెంటి తెలిసిపోతుంది. నాతో పాటు నిన్ను, నీ కుటుంబాన్నికూడా జైలులో పెడతారు. అందుకే నేను ఎక్కడికైనా సేఫ్ చోటుకు వెళ్ళిపోవాలి" అన్నాడు ప్రద్యుమన్.

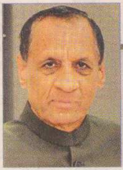
"నాకు రెండు మూడు రోజులు టైమ్ ఇవ్వు. నేనే నిన్ను క్షేమంగా బయటకు పంపిస్తాను. అంతవరకు మనస్సులో ఎలాంటి ఆలోచనలు పెట్టుకోకు. ప్రశాంతంగా ఉండు" అన్నాడు సింగ్.

తరువాత ఇద్దరూ ఇక్కడనుంచి ఎలా తప్పించుకోవాలో చర్చించుకున్నారు. ఉన్నట్టుండి ప్రద్యుమన్ తనకు ఇండో చైనా మ్యాప్ కావాలని అడిగాడు. రేపు తీసుకువస్తానని చెప్పి వెళ్ళిపోయాడు సింగ్.

చేతిలో ప్రద్యుమన్ ట్రాన్స్‌మీటర్ పట్టుకుని ఉన్నాడు లీ. అతని మొహంలో కళ పూర్తిగా ఇంకిపోయింది. ఇంతకాలం అండర్ కవర్ ఏజెంటుని దగ్గరలోనేపెట్టుకుని దేశమంతా వెతుకుతున్నారు.

అతను తమ కళ్ళముందే దర్జాగా ఇంగ్లీష్‌ట్యూటర్ వేషంలో ఉన్నాడు. టైమ్ దొరికినప్పుడు చాపకింద నీరులా ఆపరేట్ చేస్తున్నాడు. కాని తను కాని తన వాళ్ళు కాని ఈ విషయం గమనించలేకపోయారు. ఎంత సిగ్గు చేటు.

ఈ విషయం మాన్‌కు తెలిస్తే ఊరుకోడు. పాయింట్ బ్లాక్ రేంజిలో కాల్చి చంపేస్తాడు.జరిగింది తలుచుకుంటే లీ కి చేదుమాత్ర మింగినట్టుగా ఉంది. సిగ్గు అవమానం కలిసికట్టుగా అతన్ని కుదిపేశాయి. ఈ విషయం ఎవరికీ చెప్పుకోలేని పరిస్థితిలో ఉన్నాడు అతను.



> చంద్రబాబు 25/8 సి.ఎమ్...
> కె.సి.ఆర్. కాళేశ్వరం
> చంద్రశేఖర్‌రావు.
> -ఇ.ఎస్.ఎల్.నరసింహం,
> గవర్నర్ ఎ.పి. & తెలంగాణ

ఎంతో రహస్యంగా దాచవలసిన బ్లాక్ కోబ్రా రహస్యాన్ని తాగుడు మైకంలో చెప్పాడు. ఈ విషయం కాని మాన్‌కు తెలిస్తే వెంటనే అరెస్ట్ చేసి కోర్ట్ మార్షల్ చేస్తాడు. తన పొజిషన్ ర్యాంకుని కూడా పట్టించుకోకుండా ఇంటరాగేట్ చేస్తాడు.

కొంచెంసేపైన తర్వాత ప్రద్యుమన్‌కు సంబంధించిన అన్నివస్తువులు తీసుకున్నారు లీ అనుచరులు. దూరంనుంచి సింగ్ ఇదంతా గమనించాడు. చాలా సంవత్సరాలనుంచి అతను క్యాంటీన్ నడపటం వల్ల అతనిమీద ఎవరికీ అనుమానం కలగలేదు. అందుకే అతన్ని చూసినా ఎవరూ పట్టించుకోలేదు.

సింగ్ పరుగులాంటి నడకతో తన రెస్టారెంటు గదిలోకి వెళ్ళాడు. అతని దగ్గర రెండు సెల్‌ఫోన్స్ ఉన్నాయి. ఒకటి అఫీషియల్‌గా వాడుతున్నాడు. ఇంకోటి పర్సనల్ కోసం వాడుతున్నాడు. అఫీషియల్ సెల్‌ఫోన్‌లో ఉన్న మెసేజ్‌లన్నీ డిలీట్ చేశాడు. అవన్నీ సిన్హాకు పంపించిన మెసేజ్‌లు.

మాన్‌ను చూసి స్టిఫ్‌గా సెల్యూట్ చేశాడు జవాను. "ఏమిటి న్యూస్" అడిగాడు మాన్. "ఇండియా నుంచి ఇప్పుడే మెసేజ్ వచ్చింది. మనవాళ్ళు ప్రద్యుమన్ చెల్లెలిని కిడ్నాప్ చేశారు. ఆమెను బెదిరించి చాలా విషయాలు తెల్సుకున్నారు. ఆమె చెప్పినదాని ప్రకారం ప్రద్యుమన్ ఇటీవలే, ఢిల్లీ వెళ్ళాడు. అక్కడ ఆరునెలలు ఉన్నాడు.

ప్రతినెలా తన కుటుంబానికి డబ్బు పంపించేవాడు. తను పుట్టిన ఊరు పావురాలపల్లి అని చెప్పింది. మనవాళ్ళు అక్కడికి వెళ్ళి వాకబు చేశారు. ఆ ఊరిలో మూడు మెటర్నిటీ హాస్పిటల్స్ ఉన్నాయి.

వాటిలో ఏ హాస్పిటల్‌లో స్వాతి పుట్టినట్టు ఆధారాలు కాని డాక్యుమెంట్స్ కాని లేవు. మనవాళ్ళు పాతబర్త్ రికార్డ్స్‌లను చెక్ చేశారు. అందులో స్వాతి తల్లి పేరు ఎక్కడా కనిపించలేదు. అంతేకాదు ఇంకో ముఖ్యమైన విషయం సార్. అందరూ అనుకున్నట్టుగా ప్రద్యుమన్ ఢిల్లీ వెళ్ళలేదు. కమెండో ట్రయినింగ్‌కు ఇజ్రాయిల్ వెళ్ళాడు"

"అతను ఇజ్రాయిల్ వెళ్ళాడని ఎలా తెలుసుకున్నారు" అడిగాడు మాన్.

"భారత్‌లో లంచగొండితనం ఎంతగా పెరిగిపోయిందో మీకు తెలియంది కాదు. అక్కడ ఏదైనా చిన్న సమాచారం కావాలంటే డబ్బు చేతిలో పెట్టాలి. అప్పుడే అధికారులు స్పందిస్తారు.

ఒకమాటలో చెప్పాలంటే డబ్బు కోసం ఏమైనా చేసేవాళ్ళు అక్కడ ఉన్నారు. ఆ నమ్మకంతోనే మనవాళ్ళు డిపార్ట్‌మెంట్‌లో ఒక వ్యక్తిని పట్టుకున్నారు.

అతనికి డబ్బు బాగా ముట్టచెప్పి లొంగదీసుకున్నారు. అతని దగ్గరనుంచి ఈ విషయం తెలుసుకున్నారు.

అతను తెచ్చి ఇచ్చిన ఫైలులో ఇంకా చాలా వివరాలు ఉన్నాయి"

"మనమందరమనుకున్నట్టు ప్రద్యుమన్ అండర్ కవర్ ఏజెంట్ కాదు. అతను ఇండియన్ మిలిట్రి ఇంటెలిజెన్స్ డిపార్ట్‌మెంట్‌లో మేజర్.

రెండు సంవత్సరాలకు ముందు తన ఉద్యోగానికి రాజీనామాచేశాడు. తరువాత పండరినాథ్ అనే పెద్ద బిజినెస్ టైకూన్ దగ్గర పెయిడ్ అసాసిన్‌గా చేరాడు. ఇవి మనవాళ్ళు తెలుసుకున్న విషయాలు"

"ఈ నిజం మనకు రెండు రోజులు ముందు తెలిసి ఉంటే బాగుండేది. ఈపాటికి ప్రద్యుమన్ మన చేతిలో ఉండేవాడు. మనవాళ్ళు అతని గురించి పూర్తిగా తెలుసుకోలేదు.

పైపైన చెక్ చేసి విడిచిపెట్టారు. సరే జరిగింది ఏదో జరిగింది. వెంటనే మనవాళ్ళను అలర్ట్ చెయ్యి. దేశమంతా రెడ్ ఎలర్ట్ ప్రకటించండి. ప్రద్యుమన్ ఫోటో, గౌతమ్ ఫోటో మనవాళ్ళందరికీ సర్క్యులేట్ చెయ్యండి. క్విక్" అన్నాడు మాన్.

"ఇతని పేరు గౌతమ్, మన ఏజెంట్. ఈమె పేరు సుజి. మాన్‌కు పర్సనల్ అసిస్టెంట్" అంటూ గౌతమ్, సుజిలను పరిచయం చేశాడు సింగ్.సుజి మేనత్త ఇంటినుంచి బయలుదేరిన తరువాత ఇద్దరికీ ఎక్కడికి వెళ్ళాలో అర్థం కాలేదు. ఎక్కడికి వెళ్ళినా ఇద్దరికీ సేఫ్‌గా ఉండదని తెలుసు.

అందుకే ఏం చెయ్యాలా అని ఆలోచిస్తుంటే అప్రయత్నంగా గౌతమ్‌కు సింగ్ గుర్తుకువచ్చాడు. అతని దగ్గరికి వెళితే తమను తప్పకుండా కాపాడతాడని నమ్మకం కలిగింది. అందుకే ఇంకేం ఆలోచించకుండా గౌతమ్ సింగ్‌కు కాల్ చేశాడు.

ఆ సమయంలో సింగ్ రెస్టారెంటులో చైనీస్ అధికారులు ఎవరూ లేరు. అందుకే కాల్ రిసీవ్ చేసుకుని మాట్లాడాడు. ఫలానా చోటుకు ఇద్దరినీ తను వచ్చి పికప్ చేసుకుంటానని చెప్పాడు.

సింగ్ చెప్పిన చోటుకు ఇద్దరూ చేరుకున్నారు. సింగ్ కారులో వచ్చి ఇద్దరినీ పికప్ చేసుకుని తన ఇంటికి తీసుకువచ్చాడు. పరిచయాలు అయిన తరువాత ముగ్గురూ బెడ్‌రూమ్‌లో కూర్చున్నారు. ప్రద్యుమన్ అండర్ కవర్ ఏజెంట్ అని తెలిసి గౌతమ్‌తో పాటు సుజి కూడా ఆశ్చర్యపోయింది.

"ఒక ఇంగ్లీష్ ట్యూటర్ అండర్ కవర్ ఏజెంట్ అంటే ఇంకా నమ్మలేకపోతున్నాను" అన్నాడుగౌతమ్. ప్రద్యుమన్ నవ్వి ఊరుకున్నాడు. ఆ తర్వాత గౌతమ్, సుజి తనకు ఎలా పరిచయం అయిందో మాన్‌దగ్గర నుంచి తనని ఎలా కాపాడిందో అంతా వివరంగా చెప్పాడు.

"సుజికాని నాకు సహాయంచెయ్యకపోతే నేను ఈపాటికి మాన్ చేతిలో ఉండేవాడిని. తనెంతో రిస్క్ తీసుకుని నన్ను కాపాడింది. ఇంత జరిగిన తరువాత ఆమె తిరిగి తన డిపార్ట్ మెంట్‌లోకి వెళ్ళలేదు. అందుకే నాతో రావటానికి నిశ్చయించుకుంది.

తనకు ఒక్క సహాయం మాత్రం



చెయ్యమని కోరింది. అదే రక్షణ, భారత పౌరసత్వం. నేను మా బాస్‌తో మాట్లాడి ఏర్పాటు చేస్తాననిచెప్పాను. ఈ విషయంలో మీరు కూడా సహాయం చెయ్యాలి. సిన్హాగారు మీమాట కాదనరు" అన్నాడు గౌతమ్.

"తప్పకుండా నాకు చేతనైన సహాయం చేస్తాను. ఉపకారం చేసినవాళ్ళకు ప్రత్యుపకారం చెయ్యటం మన భారతీయుల లక్షణం. ఎలాగైనా సిన్హా గారిని ఒప్పించి పని పూర్తయ్యేలా చేస్తాను" అని హామీ ఇచ్చాడు ప్రద్యుమన్.

"సరే ఆ విషయం పక్కన పెట్టండి. ముందు ఈ దేశం నుంచి ఎలా తప్పించుకోవాలో ఆలోచిద్దాం. సింగ్‌ను కొన్ని సామానులు కావాలని అడిగాను. అలాగే మనకు కొంచెం డబ్బు కావాలి. అది రెడీ అయితే మనం ఇక్కడ నుంచి బయలుదేరవచ్చు" అన్నాడు ప్రద్యుమన్.

"నా దగ్గర కొంత క్యాష్ ఉంది. ఇక్కడికి వచ్చే ముందు డ్రా చేసి తీసుకువచ్చాను. దాదాపు యాభై వేలు ఉంటుంది" అంది సుజి.

"నీ డబ్బు ఎందుకమ్మా, మేమే ఏదో ఏర్పాటుచేస్తాం" అన్నాడు ప్రద్యుమన్.

"అన్ని వదులుకుని గౌతమ్‌తో మీ దేశం వస్తున్నాను. ఈ డబ్బుతో నాకు పనేముంది.దయచేసి కాదనకుండా తీసుకోండి. లేకపోతే మీరు నన్ను ఇంకా పరాయిదానిలా చూస్తున్నారని అనుకోవలసివస్తుంది" అంది సుజి.

సరే అనక తప్పలేదు ప్రద్యుమన్‌కు. అందరూ కలిసి భోజనం చేసిన తరువాత తనకు ఏదో పని ఉందని సింగ్ వెళ్ళిపోయాడు. ఒక గదిలో మంచం మీద ప్రద్యుమన్ పడుకున్నాడు. ఇంకో గదిలో గౌతమ్, సుజి పడుకున్నారు.

మాన్ తన ఆఫీసుకు రాగానే సుజి గురించి అడిగాడు. ఇంకా రాలేదని చెప్పాడు అసిస్టెంట్. "నిన్నటి నుంచి విడువకుండా ఆమెకు కాల్ చేస్తున్నాను కామ్రేడ్. కాని రెస్పాన్స్ మాత్రం లేదు. ప్రతిసారి స్విచ్డ్‌ఆఫ్ అని వస్తోంది" అన్నాడు అసిస్టెంట్.

"నిన్న మధ్యాహ్నం సెలవు తీసుకుని వెళ్ళిపోయింది. ఈ రోజు రాలేదు. కాల్ చేస్తే స్విచ్డ్ ఆఫ్ అని వస్తోంది. పర్మిషన్ లేకుండా ఎక్కడికీ వెళ్ళవద్దని నిన్న హెచ్చరించాను. పైగా ఈ రోజు నుంచి ఒకపూట కూడా సెలవు దొరకదని గట్టిగా చెప్పాను. ఇప్పుడేమో ఆఫీసుకు రాలేదు. కనీసం మనకు ఇన్‌ఫార్మ్ చెయ్యలేదు. అసలు ఎక్కడికి వెళ్ళిందామె. ఆమె ఇంటికి వెళ్ళి కనుక్కోండి. అంతకంటే ముందు ఆమె ఫ్రెండ్ లీసాను పిలుచుకురండి" అన్నాడు మాన్.

అరగంట తరువాత లీసా అతని ముందు ఉంది. తనకేం తెలియదని, నిన్నటినుంచి సుజిని కలుసుకోలేదని చెప్పింది లీసా. కాని ఒక ముఖ్యమైన విషయం మాత్రం చెప్పింది.

సుజికి ఒక మేనత్త ఉందని ఒకవేళ ఆమె ఇంటికి వెళ్ళి ఉండవచ్చని అంది. ఆవిడ అడ్రస్సు కూడా ఇచ్చింది. మామూలుగా అయితే ఆవిడను తన ఆఫీసుకే రప్పించుకునేవాడు.కాని ఎందుకో ఒకసారి ఆ ఇంటికి వెళ్ళి చూసిరావాలనిపించింది మాన్‌కు. అందుకే కారులో ఆవిడ ఇంటికి బయలుదేరాడు మాన్.

మాన్ సుజి మేనత్త ఇంటికి చేరుకుని కారుని బయట పార్క్ చేశాడు.

ఓ నిమిషం అయినా

ఒక్క నిమిషంవల్ల ఒనగూడే ప్రయోజనంఏంటీ అంటే నిగనిగ అందాల నిక్కీగల్రాణి 'చాలా వుంటుంది' అని ఠక్కున సమాధానం చెప్తున్నది. ఒక్క నిమిషంలో ఓ మంచి నిర్ణయం తీసుకోవచ్చు, ఇంకా ఏదైనా చెయ్యవచ్చు అంటున్నది.

ఓ నిమిషం అయినా యోగా ముఖ్యంగా ప్రాణాయామం చెయ్యాలన్నది నిక్కీ నిర్ణయం.

"ఈ ఏడాది ప్రతిరోజూ కనీసం ఒక్క నిమిషం అయినా ప్రాణాయామం ప్రాక్టీస్ చెయ్యాలని నిర్ణయించుకున్నా. మీరు కూడాచేయండి"అంటూ సలహా ఇస్తున్న నిక్కీగల్రాణి సినిమాలు రెండు విడుదలకు రెడీగా వున్నాయి.



పవన్‌కళ్యాణ్, రజినీకాంత్‌లిద్దరూ రాజకీయాల్లో వెలుగొందుతారు.

-దగ్గుబాటి రానా, నటుడు

సీరియల్

మాయ చేశాడు

"పద్మావత్‌'లో అల్లావుద్దీన్ ఖిల్జీలో రణవీర్‌సింగ్ నటన చూసిన అలియాభట్ ఫిదా అయిపోయానంటున్నది. "రణవీర్ నీ నటన అదరహో. నీ అభినయంతో మాయచేశావు. నీ నటన తెగ నచ్చింది. అదో అద్భుతం. గల్లీబాయ్‌గానూ రణవీర్ అదే స్థాయిలో ఆకట్టుకోగలడు" అంటూ ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో తన అభిమానులతో లైవ్ వీడియోలో కబుర్లాడుతూ ప్రశంసల వర్షం కురిపించింది.

దీపికా పడుకొనెకూ ప్రశంసలు అందించింది. అలియాభట్ ఇన్‌స్టాగ్రామ్ ఖాతాను అనుసరించే వారు అక్షరాలా రెండుకోట్లమంది!

ఇంటికి తాళం వేసి ఉంది. అంటే సుజి మేనత్త ఎక్కడికో బయటకు వెళ్ళినట్టుగా ఉంది. ఆమె వచ్చేలోగా తన పని పూర్తి చేసుకోవాలి. ఇంటితాళాలు తెరవటం పెద్ద కష్టం కాదు మావ్‌కు.

ఇలాంటి తాళాలు కొన్ని లక్షలు తెరిచాడు అతను. క్షణంలో తాళం తెరుచుకుంది.లోపల చీకటిగాఉంది. పెన్‌టార్చి వెలిగించి లైట్ స్విచ్ ఆన్ చేశాడు. ఒక్కసారిగా హాలంతా వెలుతురుతో నిండిపోయింది.

హాలులో వస్తువులన్నీ నేలమీద చిందరవందరగా పడి ఉన్నాయి. బెడ్‌రూమ్‌లో కూడా పరిస్థితి ఇంచుమించు అలాగే ఉంది. గదిలో అతనికి ఏం కనిపించలేదు.గదిలో ఒకమూలగా ఉన్న బీరువా అతనికి కనిపించింది.దానికి తాళం వేసిలేదు తెరిచే ఉంది.

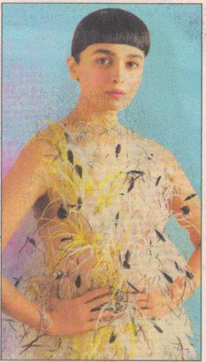
లోపల అతనికి ఒక ఫోటో కనిపించింది. అందులో సుజి పక్కన ఒక యువకుడు కనిపించాడు. వెంటనే అతను ఎవరో గుర్తుపట్టాడు మావ్. అతను గౌతమ్. ఇండియన్ ఏజెంట్. ఇప్పుడు మావ్‌కు అంతా అర్థమైంది. తను గౌతమ్‌ను పట్టుకోవటానికి ప్రయత్నిస్తున్నానని సుజి గౌతమకు చెప్పి ఉంటుంది. ఇద్దరూ కలిసి ఇక్కడికి వచ్చి తలదాచుకున్నారు.

సమయానికి సుజి మేనత్త ఊళ్ళో లేకపోవటం వాళ్ళకు కలిసివచ్చింది. ఇక్కడుంటే ఎప్పుడైనా పట్టుబడక తప్పదని భావించారు ఇద్దరూ. అందుకే ఇక్కడనుంచి ఎక్కడికో ఉడాయించారు.

కాని ఎక్కడికి పోతారు. ఈరోజు కాకపోతే రేపయినా ఇద్దరూ తన చేతికి చిక్కకపోరు. అప్పుడు చెప్తాను సుజి సంగతి. స్వయంగా తన చేతులతో ఆమెను టార్చర్ చేస్తాను. అప్పుడు కాని తన కసి తీరదు.

మావ్ యధాప్రకారం ఇంటికితాళం వేసి తన కారులో కూర్చున్నాడు. సెల్ తీసి ఎవరితోనో ఐదు నిమిషాలపాటు మాట్లాడాడు. గంట తరువాత సుజి మీద రెడ్ ఎలర్ట్ ప్రకటించబడింది.

సింగ్ ఇంట్లో బెడ్‌రూమ్‌లో అందరూ సమావేశం అయి తప్పించుకోవటానికి మార్గాలు చర్చించారు. ఎంబసికి కాల్



చేసి సహాయం అడుగుదామని అన్నాడు గౌతమ్.

ఎంబసీని సహాయం అడగటం వల్ల ఎలాంటి లాభం ఉండదని ఇలాంటి విషయాల్లో వాళ్ళు జోక్యం చేసుకోరని చెప్పాడు ప్రద్యుమన్.

పైగా అసలు విషయం తెలిస్తే రెండు దేశాల మధ్య ఉన్న కొంచెం సంబంధాలు కూడా చెడిపోతాయి. అందువల్ల ఎంబసీకి ఈ విషయం తెలియకపోవటమే మంచిదని సూచించాడు ప్రద్యుమన్.ఏదైనా చెయ్యదలచుకుంటే తామే ఏదో చెయ్యాలని కూడా అన్నాడు ప్రద్యుమన్.

"నువ్వు చెప్పింది నిజమేకావచ్చు.కాని మావ్ మనుష్యులు సిటీకి నాలుగువైపులా కాపలా కాస్తున్నారు. వేటకుక్కలా మనకోసం తిరుగుతున్నారు. మనం ఇద్దరం మగవాళ్ళం.ఏదో విధంగా సర్దుకోగలం. కాని సుజి ఆడపిల్ల.ఎంతో రిస్క్ తీసుకుని నాకు సహాయం చేసింది. దానికిప్పుడు ప్రతిఫలం అనుభవిస్తోంది. ఎంత కష్టమైనా ఆమెను మనదేశం చేర్చాలి. అంత వరకు నేను నిద్రపోను" అన్నాడు గౌతమ్.

"నీ బాధ నాకర్థమైంది. కాని ఒక విషయం నువ్వు తెలుసుకోవాలి.ఇక్కడ్నుంచి తప్పించుకోవటం అంత సులభం కాదు. పైగా మావ్ మన వెనుక ఉన్నాడని మనం మరచిపోకూడదు. ఆవేశంతో మూర్ఖంగా అడుగు ముందుకేస్తే తప్పకుండా మనం పట్టుబడిపోతాం.

అందుకే బాగా ఆలోచించి అడుగు ముందుకు వెయ్యాలి. నన్ను కొంచెం ఆలోచించుకోనివ్వు.ఏదో మార్గం దొరకకపోదు. ఈ రోజు గడిచిపోయేలోగా ఒక నిర్ణయానికి వస్తాను. అంతవరకు ఓపిక పట్టండి చాలు" అన్నాడు ప్రద్యుమన్.

ఆ రోజు సాయంత్రం వరకు రకరకాల మార్గాలు అన్వేషించారు. భారత సరిహద్దు దగ్గరికి చేరుకోవటానికి వాళ్ళకు రెండు మార్గాలు కనిపించాయి.

ఒకటి మధ్యప్రదేశ్ మీదుగా భారత్ సరిహద్దు చేరుకోవటం. రెండోది అరుణాచల్‌ప్రదేశ్ మీదుగా ఇండియా చేరుకోవటం. రెండూ కష్టమైనవే. బీజింగ్ నుంచి అరుణాచల్ ప్రదేశ్‌కు ఉన్న దూరం దాదాపు నాలుగు వేల కిలోమీటర్లు.

అంత దూరం ప్రయాణం చెయ్యటం కష్టంకాదు. కాని ఈలోగా మావ్‌కు పట్టుబడకుండా చూసుకోవాలి. అది ముఖ్యం.దారి పొడుగునా ఉన్న చెక్‌పాయింట్స్‌ను దాటుకుంటూ ముందుకు సాగిపోవాలి.

మామూలుగా అయితే ఏదో మాయ చేసి అధికారుల నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. కాని ఇప్పుడు ముగ్గురి మీద రెడ్ అలర్ట్ ప్రకటించారు.

అందుకే అధికారులు ప్రతి వాహనాన్నీ నిశితంగా పరిశీలిస్తారు. ముగ్గురూ ఈ విషయంగురించి తర్జనభర్జనపడుతుంటే అప్పుడే సింగ్ గదిలోకి వచ్చాడు. అతని చేతిలో మూడు పెద్ద సంచులు ఉన్నాయి.

అందులో ప్రద్యుమన్ కోరిన వస్తువులు, మిగతా సరంజామా చాలా ఉన్నాయి.ఎందుకో కారణం తెలియదుకాని సింగ్‌మొహం ఆనందంతో వెలిగిపోతోంది. ఏదో అనూహ్యమైన విజయం సాధించినట్టు కళ్ళు మెరిసిపోతున్నాయి."ఏంజరిగింది సింగ్.చాలా సంతోషంగా ఉన్నావు" అడిగాడు ప్రద్యుమన్.

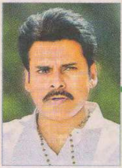
"మీరు తప్పించుకుని వెళ్ళే మార్గం కనిపించింది. రేపు ఇండియన్ కల్చరల్ సంఘం ఒకటి అరుణాచల్ ప్రదేశ్‌కు ప్రయాణం అవుతోంది.మధ్యదారిలో కొన్ని గ్రామాలలో నాటకాలు,డ్యాన్స్ ప్రోగ్రామ్స్ ఇస్తూ చిట్టచివరగా అరుణాచల్ ప్రదేశ్ చేరుకుంటారు. వాళ్ళ చివరి ప్రదర్శన అరుణాచల్‌ప్రదేశ్‌లో చివరి గ్రామం అయిన మెంచుకా అనే గ్రామంలో.

అక్కడ ప్రదర్శనఅయిపోయిన తర్వాత ఆ ట్రూప్ తిరిగి బీజింగ్ బయలుదేరుతుంది. ఆ ట్రూప్‌లో పదకొండుమంది ప్రయాణం చేస్తున్నారు. వాళ్ళతో మీరూ కలిసిపోండి.నేను ఇంతకుముందే వాళ్ళతో మాట్లాడి ఒప్పించాను. మిమ్మల్ని తమతో తీసుకువెళ్ళటానికి వాళ్ళు సంతోషంగా ఒప్పుకున్నారు.

కాని ఈలోగా మనం ఇంకో పని చెయ్యాలి.మీరు ఇలాగేవెళితే మధ్యలో చెకింగ్ అధికారులు మిమ్మల్ని తప్పకుండా గుర్తుపడతారు.అందుకే మీరు ముగ్గురు కొంచెం వేషాలు మార్చుకోవాలి.

మార్చుకున్న తరువాత ఫోటోలు తీసి వాటిని పాస్‌పోర్ట్ మీద అతికించాలి. అప్పుడే మీరందరూ సేఫ్‌గావెళ్ళగలరు" అన్నాడు సింగ్.

ఇంకా ఉంది



రైతుల కన్నీరు తుడిచేవారికే 2019 ఎన్నికల్లో నా పార్టీ మద్దతు.

-పవన్‌కళ్యాణ్, జనసేన అధినేత



Failures are the pillars of success

పోషకాలు పదిలం

ఎంత మంచి పోషకపదార్థాలైన ప్పటికీ వాటిని సరైన పద్ధతిలో ఉడికించకపోతే పోషకాలు కోల్పోవాల్సి వస్తుంది. ఆకుకూరల లేతకాడల్లో క్యాల్షియం ఉంటుంది.

కాబట్టి ఆకులతోపాటు కాడలనూ తరుక్కోవాలి.అలాగే వీటిని ఉడికించే సమయంలో విధిగా మూతలుపెట్టాలి లేనట్లైతే పోషకాలు ఆవిరై పోతాయి.

పప్పు త్వరగా ఉడకాలని చాలామంది సోడా ఉప్పువేస్తుంటారు. దీనివల్ల విటమిన్ 'బి'ని కోల్పోవాల్సివస్తుంది.

కొన్నిరకాల పదార్థాలను పులియబెట్టి వండడంవల్ల పోషకవిలువలు పెరుగుతాయి. స్టీమ్, సోలార్ కుక్కర్ల వంటివి ఉపయోగిస్తే పోషకాలన్నీ పదిలంగా వుంటాయి.

కూరగాయలను వేయించి తినడం కంటే, ఆవిరిపై ఉడికించి తినడంవల్ల ఎక్కువ ప్రయోజనాలుంటాయి. ◆

గొంతులో మంట

ఈ సీజన్‌లో చాలామంది సాధారణంగా ఎదుర్కొనే సమస్య గొంతులో మంట. వంటింటిలో వుండే అదరువులతో తగ్గించుకునే వీలుంది.

పసుపుకు గొంతులోగల బ్యాక్టీరియాను నశింపజేసే శక్తి వుంటుంది. ఇదో సహజసిద్ధమైన యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ ఏజెంట్.

కప్పు వేడినీళ్ళలో ఓ టేబుల్‌స్పూన్ పసుపు వేసి బాగా కలిపి, ఈ నీటితో పదినిమిషాలపాటు గార్గిలింగ్ చేస్తుండాలి. గొంతునొప్పి ఉపశమనంలో మెంతులుకూడా బాగా పనిచేస్తాయి.

ఒక కప్పు వేడినీళ్ళలో ఒక టేబుల్ స్పూన్ మెంతి పొడి బాగా కలిపి, ఆ నీటిలో ఓ ఐదునిమిషాలు నోటిలోనే ఉంచుకుంటూ, పుక్కిలించి బయటకు ఉమ్మేస్తుండాలి.

గొంతులోని బ్యాక్టీరియా, ఇన్‌ఫెక్షన్లు తగ్గించడంలో లవంగనూనె బాగా పనిచేస్తుంది. కప్పు వేడినీళ్ళలో నాలుగైదు చుక్కలు లవంగనూనె వేసుకుని పుక్కిలించి ఉమ్మేస్తుండాలి. ◆

కలబందలో

ఇటీవలి కాలంలో అలోవెరాగురించి ఎక్కువగానే వినపడుతున్నది. దీని వాడకమూ పెరిగింది. ముఖ్యంగా కలబందలో డజనుకు పైగా కీలకమైన విటమిన్లు లభిస్తాయి.

చెడుకొవ్వును కరిగించడానికీ, ప్రొటీన్లు సులభంగా జీర్ణం అయ్యేలా చేయడానికి బాగా తోడ్పడుతుంది. పొటాషియం, క్యాల్షియం, సెలీనియం, సోడియం, మాంగనీస్, జింక్, కాపర్ వంటివి పుష్కలంగా లభిస్తాయి.

ఉదరసంబంధిత సమస్యలను తగ్గించడంలో సహకరిస్తుంది.

యాంటీసెప్టిక్ గుణాలు కలిగి వుండి శరీరంలోని బ్యాక్టీరియా,వైరస్‌లను నశింపజేయగలదు.

అజీర్తి సమస్యలు అధికంగా ఉన్నప్పుడు ఆహారపదార్థాల్లోని పోషకాలు శరీరానికి పట్టవు.

కలబందను క్రమం తప్పకుండా కొన్నాళ్ళపాటు తీసుకుంటుంటే చాలా రకాల శారీరక సమస్యలుతగ్గి ఆరోగ్యవంతంగా వుంటారు. ◆

నిద్రలేమివల్ల

జీవనశైలి సంబంధిత అనారోగ్యాలైన రక్తపోటు, మధుమేహం, స్థూలకాయం, డిప్రెషన్, క్యాన్సర్, ఒత్తిడి, ఆందోళన వంటి అనేకానేక సమస్యలకు సాధారణ కారణం నిద్రలేమి. బాగా తక్కువగా నిద్రపోయేవారికి ఆరోగ్య సమస్యలు అధికంగా ఉంటుంటాయి.

నలభై ఐదేళ్ళు దాటినవాళ్ళు రోజుకు ఆరుగంటలకంటే తక్కువగా నిద్రపోతుంటే గుండె కూడా బలహీనం అవుతుందనేది అధ్యయనకారుల అభిప్రాయం. చిన్న వయస్సువారు నిద్ర తక్కువ పోతే అబద్ధాలు చెప్పే గుణం అలవడుతుంది.ఒక్కరోజు చాలినంతనిద్ర పోకపోయినా రోగనిరోధకశక్తిని 70 శాతం దెబ్బతీస్తుందనేది వాస్తవం అంటున్నారు నిపుణులు. ◆

కొవ్వు కరుగుతుంది

ఆవునెయ్యి అంటే కేవలం పూజలకు, దీపారాధనలకు అని మాత్రమే అనుకుంటాం.

ఐతే ఆవునేతిని ఆహారంలో వాడితే అనేక ప్రయోజనాలు దక్కుతాయి.

ముఖ్యంగా పిల్లలకు ఆవునెయ్యి అలవాటు చేయడంవల్ల జలుబు, దగ్గుల నుంచి పరిరక్షిస్తుంది.

పదార్థాల తయారీలో ఆవునెయ్యి వాడుతుంటే శరీరంలో పేరుకుపోయిన కొవ్వు కరిగిపోతుంది.

ప్రతిరోజూ ఓ స్పూన్ నెయ్యిని పెసరపప్పు కిచిడీలో కలుపుకుని తినడంవల్ల శరీరంలోని విషతుల్యాలు వెలికి వెళ్ళిపోతాయి.

ఆవునేతిలో కొవ్వును కరిగించే ఆమ్లం తయారుచేయగల గుణం వుంది. హార్మోన్లని సమతౌల్యంగా వుంచడంలో ఉపకరిస్తుంది.

వ్యాధి నిరోధకశక్తి పెరుగుతుంది. ఎముకపుష్టికి దోహదపడుతుంది.

ఆన్ టైమ్





Courtesy : Mary Saheli

ప్రపంచంలోని ఎక్కువమంది మనుష్యులలో సహజాతిసహజంగా ఉండే ఆలోచనలలో ఒకటి, చేయాల్సిన పని చేయాల్సిన సమయంలో చేయలేకపోయామన్నది. 'నీకిచ్చిన సమయం నీవు దాటేశావు కాని ఇంకా పని అవ్వలేదు' అన్న భావన మనల్ని నిలువనీయదు.

ఈ సమయపాలన లేకపోవడం అన్న వలలో జీవితంలో ఒక్కసారైనా అందరూ చిక్కుకుంటారు. భారతదేశంలోనైతే ఈ పరిస్థితి మరీ ప్రస్ఫుటంగా కనిపిస్తుంది. 'ఇండియన్ పంక్చువాలిటీ' అన్న కొత్త భావాన్ని మనం వాడతామన్న విషయం తెలిసిందే.

దానర్థం భారతీయులు సమయపాలనలో కొత్త పుంతలు తొక్కారని. దీని నిజానిజాల పరిస్థితి కొంచెంసేపు పక్కనపెట్టేసి సమయపాలన అనే ఒక నైపుణ్యాన్ని లేదా కళను అలవరచుకోవడం ఎలాగో గమనించాల్సిన అవసరం ఉంది.

సమయపాలన కలిగియుండడంఒకగొప్పలక్ష్యం. సమయపాలన లేకపోవడం పాపమేమీ కాదు కాని, ఆ లక్షణం లేకపోవడం వలన నిర్దిష్ట సమయంలో చేయాల్సిన పనులు కుంటుపడిపోతాయి.

దానివలన బోల్డెంత నష్టం జరగవచ్చు, సమయపాలన పాటించని వ్యక్తులు సమాజంలో బోల్డెంత అపకీర్తి మూటకట్టుకుంటారు.

మనతోపాటు పనిచేసే వ్యక్తుల హితంకోరి, చేయాల్సిన పనులు సకాలంలో చేయడానికి ఈ గుణం ఉపయోగపడుతుంది.

దేవుడు మనకెంతో సమయాన్ని బహుమతిగా ఇచ్చి, దాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుని జీవితంలో ఎదిగి, కుటుంబాన్ని నిర్మించుకుంటూ, ఇతరులకు సహాయం చేయమన్న ఒక లక్ష్యాన్ని ఇచ్చాడు. మనమెంతవరకు ఈ కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుంటున్నాం అన్నది అసలైన ప్రశ్న.

ఇక్కడో విషయం గమనించాలి మనం.

ఒక 'సంవత్సరం' విలువ మనకు తెలియాలంటే పరీక్షలలో తప్పి ఇంటివద్ద కూర్చున్న ఒక విద్యార్థి నడగాలి, ఖాళీగా కూర్చోవడమంటే ఏమిటో!

ఒక 'నెల' విలువ తెలియాలంటే నెలలు నిండని శిశువును కన్నతల్లినడగాలి, దాని ప్రభావం బిడ్డపై

ఎంతగా ఉంటుందో! ఒక 'వారం'రోజుల విలువ తెలియాలంటే వారపత్రికను నడిపే ఎడిటర్‌ని అడగాలి, షెడ్యూల్ ప్రకారం నడపటం ఎంత కష్టసాధ్యమో!

ఒక 'రోజు' విలువ తెలియాలంటే కుటుంబాన్ని పోషించడానికి కష్టపడుతున్న రోజువారీ కూలీనడగాలి, ఒక్కరోజు పని దొరక్కపోతే ఏమౌతుందో!

ఒక 'గంట' విలువ తెలియాలంటే క్షణమొక యుగంలా భావించే ప్రేమికుల్ని అడగాలి, ఆ గంట ఎడబాటు కూడా ఎంత కష్టమో!

ఒక 'నిముషం' విలువ తెలియాలంటే, నిమిషం లేట్‌గా వచ్చి ట్రెయిన్ మిస్ అయిన వ్యక్తినడగాలి. ఆ నిమిషం లేట్ అవడం వలన జరిగిన నష్టం విలువేమిటో! ఒక 'సెకండ్' విలువ తెలియాలంటే, క్షణకాలంలో యాక్సిడెంట్ మిస్ అయిన వ్యక్తినడగాలి, బ్రతుకుకు, చావుకు మధ్య తేడా ఎంతో!

ఒక 'మిల్లీసెకన్' విలువ తెలియాలంటే, లిప్తకాలంలో ఒలింపిక్ మెడల్‌ను మిస్సయిన పరుగుల రాణి పి.టి. ఉషనడగాలి, ఆ మిల్లీ సెకండ్ ఆమె చరిత్రను ఎలా ప్రభావితం చేసిందో!"

రెండు నిమిషాల నిబంధన :

ఈ ఉదాహరణ మనం గమనిస్తే ప్రతీ సెకను విలువయినదేనన్న విషయం మనకు స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది. మరి ఈ కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవడానికి, సమయపాలనను అలవరచుకోవడానికి కొన్ని చిట్కాలు నేర్చుకుందాం రండి.

ఉత్పాదకతను పెంచడానికి ఎన్నో సలహాలు, సూచనలు ఇచ్చిన డేవిడ్ అలెన్ ప్రతిపాదించిన ఒక సులువైన తెలివిగా, ఆచరణాసాధ్యమైన, హేతుబద్ధమైన పార్ముల ఇది.

ఈ రెండు నిమిషాల నిబంధన మన సామర్థ్యాన్ని ఎంతో పెంచుతుంది.

ఈ ఫార్ములా ప్రకారం ఏ పనయినా చేయడానికి రెండు నిమిషాలు అంతకన్నా తక్కువ సమయం పడుతుందనుకుంటే ఆ పనులు ఆలస్యం చేయకుండా వెంటనే చేసెయ్యాలి.

రెండు నిమిషాలకన్నా ఎక్కువ సమయం పట్టే పనులు తర్వాత చేయవచ్చు. ఆ పనులను మన రెగ్యులర్ షెడ్యూల్‌లో భాగంగా చేయవచ్చు.

ఈ ట్రిక్‌ను పాటించడంవలన చాలా పనులు త్వరగా అయిపోతాయి. మిగతా పనులు అన్నింటికీ క్రమపద్ధతిలో చేసుకుంటూపోయినా అన్ని పనులూ త్వరితగతిన పూర్తవుతాయి.



Courtesy : Vikatan

గడియారంలో సమయాన్ని కొంచెం ముందుకు మార్చడం :

మనదగ్గర డిజిటల్ వాచ్‌కాకుండా అనలాగ్ వాచ్ ఉంటే ఈ పనిచేయడం చాలా సులువు.

మీరు చేయవలసినదల్లా గడియారంలో నిమిషాల ముల్లుని కొంచెం ముందుకు జరపడం.

మీరు రెండు గంటలకు ఎక్కడికైనా వెళ్ళాల్సిన పని ఉంటే, నిమిషాల ముల్లును ఒక పదినిమిషాలు ముందుకు జరిపితే సరిపోతుంది.

మీ గడియారంలో రెండుగంటలు చూపించగానే మీరు వెంటనే బయలుదేరి వెళ్ళవచ్చు. గడియారంలో రెండు గంటల సమయం అని చూపించినా అది నిజంగా 1.50 నిమిషాల సమయమే అవుతుంది. అలా చేయడంవలన అందరికన్నా ముందే మీరు అక్కడకు చేరుకోగలుగుతారు.

సమయపాలన పాటించే వ్యక్తులుగా మీరు పేరుతెచ్చుకుంటారు.

అలారంమోగగానే బెడ్‌నుంచి లేవండి :

మనలో చాలామందికి ఉండే అలవాటు అలారం పెట్టుకోవడం. అలారం మోగంగానే మనం నిద్రలేస్తామా అంటే అదీ జరగదు. అలారంను 'స్నూజ్' చేస్తాం, అంటే నిద్రలేవడాన్ని మరో పదినిమిషాలు పొడిగిస్తాం.

దానివలన పెద్ద నష్టమేమీ జరగనట్లు అనిపించినా, ఆ ఆలోచనాదృక్పథం మనకు ఏమాత్రం మేలు చేయదు.

మనం రోజును ఎలా ప్రారంభిస్తామో అనేది మిగిలే దినచర్యమీద ప్రభావం చూపుతుంది.

ఆశావహ దృక్పథంతో దినచర్య మొదలు పెడితే ఆ రోజంతా, అదే మూడ్ కొనసాగుతుంది. నిద్ర లేవటమే బద్ధకంగా ప్రవర్తిస్తే, ఆ బద్ధకం రోజంతా ప్రభావం చూపుతుంది.

ఇది మనస్సులో ఉంచుకుని, అలారం మోగగానే నిద్రలేవండి.మంచంమీద కూర్చుని ఆ రోజు చేయాల్సిన పనులను ఒక్కసారి గుర్తుతెచ్చుకోండి. ఆ రోజు ఎలా గడిస్తే బాగుంటుందనుకుంటున్నారో అదే ఊహించుకోండి, దానికి తగినవిధంగా పనులు ప్లాన్ చేసుకోండి. ఏ ముఖ్యమయిన పనినైనా మరిచిపోకుండా పూర్తిచేయడానికి ఈ ప్రణాళిక ఉపయోగపడుతుంది.

'మార్పు'ను స్వాగతించడం :

జీవిత సమస్యలకు పరిష్కారాలు చాలా సార్లు చాలా సులువుగా ఉంటాయి.

చాలా లోతుగా ఆలోచించినా కనిపించని పరిష్కార మార్గాలు, సులభమయిన ఆలోచనలో కనిపిస్తాయి.

మనం బ్రతకడానికి చాలా చిన్నసూత్రం ఏమిటంటే, ఎదుటివాళ్ళు మనతో ఎలా ప్రవర్తించాలని మనం ఆశిస్తామో, అదే ప్రవర్తనను మనం ఎదుటివారిపట్ల చూపించడం.

ఇతరులు మనపట్ల బాధ్యతతో వ్యవహరించాలని మనం అనుకుంటే, ముందు మనమే వారిపట్ల బాధ్యతతో మెలగాలి. ఇతరులు మనపట్ల స్వీయ క్రమశిక్షణ కలిగి, సమయపాలనా విలువలు పాటిస్తూవుండాలంటే, మనంకూడా వారిపట్ల అదే బాధ్యతను కలిగివుండాలి.

మన నడవడికే మనకు శ్రీరామరక్ష!

సమయ పాలన అను ఒక కళను నేర్చుకుందాం రండి!!

డా॥ అశోక్‌వర్ధన్ గరికిముక్కు

వారఫలం

ఫిబ్రవరి 8 నుండి 14, 2018 వరకు

పిడపర్తి వీరేశ్వరశాస్త్రి, పిడపర్తి భాస్కర సుబ్రహ్మణ్యశాస్త్రి
సెల్ : 94921 56064



మేషం

అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పా. ఈ వారంలో వృత్తి, ఉద్యోగ, వ్యాపకములందు హడావిడి గోచరించగలదు. శారీరక బడలికలుంటున్నప్పటికీ అంకితభావములు చూపి వ్యవహరించుకోగలరు. ఆదాయాలు, మీ చెల్లింపులకు, పెట్టుబడులకు తగినట్లుగా ఉంటాయి. ప్రయాణాలందు స్వల్ప జాగ్రత్తలు అవసరం. ఆర్డర్లు, నూతన ఒప్పందాలు వారాంతంలో ఏర్పడగలవు. సాహసాలు కూడదు. వారమంతా మేలుగా ఉండగలదు.



వృషభం

కృత్తిక 2, 3, 4 పా, రోహిణి, మృగశిర 1, 2 పా. ఉత్సాహ, నిరుత్సాహములు కలబోసినట్లుగా రోజులు సాగుతాయి. సదరు దుర్వినియోగాలు ఏర్పరచుకొను సూచనలున్నాయి. విధి విధానములకు ప్రాధాన్యతను ఇచ్చి క్రమశిక్షణలు పాటించుకోవాలి. అనారోగ్యం వెంటపడుతూంటుంది. ఆదాయాలు మీ ఊహలకు సరిపడునట్లు ఉంటాయి. ఆశించినవి పొందుటకు పోరాట తత్వంతో సాగవలసివుంటుంది. వీరికి ఆది, సోమ వారములలో అన్ని విషయాలలో మెలకువలు అవసరం.



మిథునం

మృగశిర 3, 4 పా, ఆరుద్ర, పునర్వసు 1, 2, 3 పా. కొన్నిట ప్రయోజనములు పొందుతారు. విజ్ఞానదాయకంగా వ్యవహరించుకుంటారు. వ్యాసంగాలకు మంచి అవకాశాలు ఏర్పడతాయి. అధికారులకు సలహాలు ఇవ్వగలుగుతారు. సంతానానికి మేలునేర్పరచగలరు. కొత్తమొత్తమును నిలవచేయు ప్రయత్నాలు ఉంటాయి. చెల్లింపులను కొన్నిటిని వాయిదా వేయుగలరు. మంగళ, బుధ వారాలలో అన్ని విషయాలలో జాగ్రత్తలు అవసరం.



కర్కాటకం

పునర్వసు 4వపా, పుష్యమి, ఆశ్లేష. మీ వ్యక్తిగత విషయాలలో సుఖసౌఖ్యాలు పొందుతారు. సంతాన వ్యవహారాలలో కొన్ని చికాకులను పొందుతారు. వృత్తి, ఉద్యోగ, వ్యాపారాలలో సంతృప్తిని పొందుతారు. సమస్యలను సమర్థించుకోగలరు. ప్రాక్టికల్‌గా చిన్న చిన్న శ్రమలు పొందుతున్నా మీ మీ టార్గెట్స్‌ను అధిగమించుటకు ప్రయత్నాలను చేయగల్గుతారు. ఖర్చులు అదనంగా ఏర్పడతాయి. ఆది, సోమ, బుధ వారాలు అనువైనవి.



సింహం

మఘ, పూర్వఫల్గుని, ఉత్తరఫల్గుని 1వ పా. కొన్ని పనులు పూర్తై కొన్ని ఆటంకాల్ని ఎదుర్కోవలసివుండగలదు. ఇంటా-బయటా సహకారములు అంతంతమాత్రంగా ఉంటాయి. ఆదాయాలందు ఒకింత సంతృప్తి, బ్యాంకింగ్ పనులను పూర్తిచేసుకొనుట ఉంటాయి. స్థిరాస్తులను పెంచాలనే కోరికలు బలీయమవ్వగలవు. అధికారులను సంతృప్తిపరచలేకపోతారు. వీరికి ఈ వారం అంతా మధ్యమ సంతృప్తితో సాగగలదు.



కన్య

ఉత్తరఫల్గుని 2, 3, 4 పా, హస్త, చిత్త 1, 2పా. మీ ప్రయత్నాలను ముమ్మరంగా తలపెట్టుకొని కృతకృత్యులవ్వగలరు. విమర్శలకు ధీటుగా ప్రతిస్పందించగల్గుతారు. ప్రయాణాలందు ఒకింత జాగ్రత్తలు, ఆలోచనలు కార్యరూపం దాల్చునపుడు పునరాలోచనలు అవసరం. ఆదాయాలు, అవసరాలకు సరిపడునట్లుంటాయి. కాంట్రాక్టులను, ఒప్పందాలను మీకనుకూలంగా చేసుకోలేకపోవచ్చు. గురు, శుక్ర, శని వారాలు అనువైనవి.



తుల

చిత్త 3, 4 పా, స్వాతి, విశాఖ 1,2,3పా. దృఢమైన సంకల్పములతో సాగుతారు. స్నేహభావాలతో మీ వ్యవహారాలను చక్కదిద్దుకోవాలి. ఖర్చు, ఆదాయం సమానంగా ఉండుట కాని, ఒకింత ఖర్చులెక్కువకాని ఉంటాయి. వృత్తి, ఉద్యోగ, వ్యాపారములందు మీకంటూ గుర్తింపును ఏర్పరచుకోగలరు. సాధ్యమైనంతవరకు మీ వ్యక్తిగత విషయాలందు ఇతరుల ప్రమేయాలు ఏర్పడకుండా జాగ్రత్తలు వహించండి. మానసిక, ఉత్సాహాలకు తగు ప్రాధాన్యతనిచ్చి కర్తవ్యాలను చేపట్టండి. వీరికి ఆది, సోమ, బుధ వారములు అనువైనవి.



వృశ్చికం

విశాఖ 4వ పా, అనూరాధ, జ్యేష్ఠ. శుభాశుభ మిశ్రమంగా ఉంటుంది. సమస్యల్ని అధిగమించే ప్రయత్నంలో కొత్త సమస్యలేర్పడకుండా జాగ్రత్తలు వహించండి. విద్యార్థులు వ్యాసంగమునే ప్రధాన ధ్యేయంగా చేపట్టవలసివుంటుంది. చెల్లింపులందు ఇచ్చిపుచ్చుకొను సూత్రంగా సాగండి. ఆర్థిక వ్యవహారములందు మొహమాటాలకు తావివ్వకండి. ప్రయాణాల్లో కొన్ని వాయిదావేసుకోవలసిరావచ్చును. గురు, శుక్ర, శని, బుధ వారాలు అనువైనవి.



ధనుస్సు

మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పా. పట్టుదలలతో సాగాలి. యత్నీకృత కార్యలాభములుంటాయి. భావవ్యక్తీకరణలందు మెలకువలు అవసరం. ఖర్చుల్ని అదుపులో ఉంచుకోగల్గుతారు. ఆదాయాలందు తృప్తిని పొందగలరు. సంతానపు విద్యా, వివాహ, ఉద్యోగ యత్నాలందు ఫలితాలను పొందుతారు. అనారోగ్యం విషయంలో మెలకువలు అవసరం. పెద్దలకు సహకరించవలసిరావచ్చు. ప్రయాణాలలో వేగం పనికిరాదు. వీరికి ఆది, సోమ, బుధ వారములు అనువైనవి.



మకరం

ఉత్తరాషాఢ 2, 3, 4పా, శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1, 2పా. ప్రణాళికాయుతంగా సాగాలి. శారీరకంగా, మానసికంగా ఎదురయ్యే ఇబ్బందుల్ని అధిగమించవలసిరావచ్చు. సమాగమమునకు చిన్న చిన్న ఆటంకాలచే కార్యాలస్యములుండగలవు. వ్యక్తిగత సలహాదారులు, అభిమానులు మీకు దూరంగా ఉండే సూచనలు గలవు. మౌనంగానే మీ పనులను పూర్తిచేసుకోవాలి. స్థిరాస్తి వ్యవహారాలలో కలసిరాగలదు. పెట్టుబడిరంగాలలో స్థిరీకరించుకోగల్గుతారు. కుటుంబంలో చిన్నతరహా ఉత్సాహాలు నెలకొంటాయి. గురు, శుక్ర, శని వారాలు అనువైనవి.



కుంభం

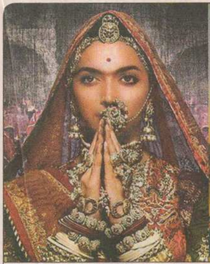
ధనిష్ఠ 3, 4 పా, శతతార, పూర్వాభాద్ర 1, 2, 3 పా. ఈ వారమంతా ఉత్సాహంగా సాగగలరు. యత్నీకృతకార్యలాభాలుంటాయి. ఆదాయాలు మీ అవసరాలకు సరిపడునట్లుంటాయి. వృత్తి, ఉద్యోగ, వ్యాపారాల్లో నూతనమైన అవకాశాలు ఏర్పడతాయి. అధికారుల నుండి ఉత్సాహమునిచ్చు వార్తలుంటాయి. వ్యాసంగాలలో చురుకుగా వ్యవహరించుకోగలరు. ప్లేసుమెంటులకు యత్నించతగిన సమయం. కుటుంబ వ్యక్తుల నుండి సహకారాలు పొందుతారు. ప్రభుత్వతరహా పనుల్ని చేపట్టి పూర్తి చేసుకొనేందుకు వీలైన సమయం. మంగళ, బుధ వారాలందు అన్నిటా మెలకువలు అవసరం.

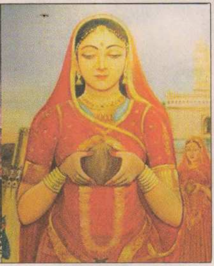


మీనం

పూర్వాభాద్ర 4వపా, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి. శుభకాలం. అభీష్టములను నెరవేర్చుకొను దిశగా మీ యత్నములు సాగుతాయి. సాహసంతో మీ ప్రయత్నాలను వేగవంతం చేసుకోగలరు. ఖర్చులు కొన్ని అదనంగా ఏర్పడినా అవసరాలను సమర్థించుకోగలరు. ఆరోగ్యం విషయంలో మంచి మార్పులేర్పడతాయి. నిరుద్యోగులకు మేలు తనంలేర్పడతాయి. బంధుమిత్రుల ఉత్సాహాలలో పాలుపంచుకోగలరు. అదనపు ఆదాయాలకై తలపెట్టిన పనులు అనుకూలిస్తాయి. సంతానంచే చిన్న తరహా సమస్యలున్నా సర్దుకుపోవడమే మేలు. వీరికి ఆది, సోమ, బుధ వారములు అనువైనవి.

ఒక చిన్నమాట





రిపబ్లిక్ దినోత్సవం ఘనంగా జరుపుకోబోయే ముందు జనవరి 24వ తేదీ ఉత్తరభారత దేశంలో చాలాచోట్ల అల్లర్లు జరిగాయి. ఢిల్లీ పొలిమేరల్లో ఉన్న గురుగ్రామ్ (హర్యానా)లో స్కూలు విద్యార్థులతో నిండిన ఒక బస్సుమీద అల్లరిమూక అమానుషంగా రాళ్ళవర్షం కురిపించారు.

టీచర్లు, పిల్లలు ఒకరినొకరు పొదువుకొని సీట్ల కింద తలలువంచుకొని రాళ్ళబారినుండి తప్పించుకోవటానికి ప్రయత్నించారు. పిల్లలు భయపడిపోయారు. ఈ విపత్తేమిటో వారికి అర్థంకాలేదు.

ఇదంతా కర్ణిసేన అనేవారు తాము రాజపుత్రుల గౌరవానికి, కీర్తికి, ఆత్మాభిమానానికి, శౌర్యానికి ప్రతీకలమనిచెప్పుకొంటూ తమ చరిత్రను తక్కువ చేసేవారిని మన్నించమని కొన్నినెలలుగా చేస్తున్న హింసాత్మక ఆందోళనలో భాగమే.

రిపబ్లిక్‌డే అంటే దేశరాజధాని ఎంతో అప్రమత్తంగా భద్రతా విషయాలు చూసుకొంటుంది. ఈసారి ఆసియాన్ దేశాలనుండి పదిమంది దేశాధిపతులు విశిష్ట అతిథులుగా వచ్చారు.

వారి భద్రతా గురుతరమైనదే. ఈమధ్యనే దావోస్‌లో విదేశీ పెట్టుబడులను ఆహ్వానిస్తూ 'శాంతి సామరస్యాలు కావాలంటే మా దేశానికి రండి' అని ప్రధానమంత్రి ప్రకటించారు.

ఇటువంటి అలజడులు, హింసాత్మక చర్యలు, కనిపించినవాటిని తగలబెట్టటాలు, విధ్వంసం చేయటాలు ప్రపంచానికి ఏ సందేశం పంపుతుంది అనయినా ఆందోళనకర్తలు ఆలోచించలేదు.

ఇంతకూ ఈ అలజడికి, ఉద్రిక్తతకు, విచక్షణా రహితమైన హింసకు కారణమేమిటంటే సంజయ్ లీలా భన్సాలీ తాను ఎన్నో కష్టనష్టాలకు, శ్రమకు ఓర్చి తీరిగ్గా తీర్చిదిద్దిన 'పద్మావత్' సినిమాను దేశవ్యాప్తంగా జనవరి 25వతేదీ విడుదల చేయటం.

ఈ చిత్రనిర్మాణ సమయంలోనే ఈయన చాలా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు.ఎంతో ఖర్చుతోనిర్మించిన సెట్స్ తగలబెట్టారు.

ఆయన మీద భౌతికంగా దాడిచేశారు. తమ చరిత్రను వక్రీకరిస్తున్నారని, తాము దేవతగా కొలిచే రాణి పద్మావతి(పద్మిని)ని కించపరుస్తున్నారని కర్ణిసేన మొదటినుండి ఈ చిత్రనిర్మాణాన్ని వ్యతిరేకిస్తూవచ్చింది.



డాక్టర్ జె.భాగ్యలక్ష్మి
E-mail: jbhagyalakshmi43@yahoo.in

డిశంబరు ఒకటవతేదీన ఈ చిత్రం విడుదల చేయాలని ఎన్నో ప్రయత్నాలు జరిగాయి. నవంబరు నుండీ విధ్వంసక చర్యలు ప్రారంభమయ్యాయి.

చిత్తోర్ కోటవద్ద ఒకశవాన్ని వేలాడదీశారు. పద్మావతి కథలోని రాఘవ చైతన్య అనేదుష్ట పాత్ర పేరు అక్కడ రాశారు. సంజయ్ లీలాభన్సాలీ తన చిత్రంలో ఖిల్జీ, పద్మావతుల కలయికే లేదని,ఎవరి గౌరవానికీభంగం వాటిల్లటంలేదని వీడియో ద్వారా విజ్ఞప్తిచేశారు.

వినేవారెవరు? అప్పటిదాకా ఆ సినిమాను చూసినవారే లేరు. చివరకు ఫిలిమ్ విడుదలకు ప్రమాణపత్రాన్ని ఇచ్చే సంస్థ (కొందరు దీనిని సెన్సార్ బోర్డు అని పిలుస్తుంటారు) కూడా చూడలేదు.

కేసు కోర్టుదాకా వెళ్ళింది. ఆనవాయితీగా వస్తున్న ప్రక్రియను పాటించమని కోర్టు ఆదేశమిచ్చింది. గొడవలు కొనసాగుతున్నాయి.అప్పుడే గుజరాత్ ఎన్నికలు. బహుశా ఐదుశాతం ఓటర్లు రాజపుత్రులేమో! ఎవరితోనైనా విరోధం ఎందుకు తెచ్చుకోవాలి?

విడుదల అప్పటికి ఆగింది. సుదీర్ఘమైన ప్రక్రియ, నిపుణుల, చరిత్రకారుల కమిటీలు చూసినతర్వాత జనవరి 25వ తేదీ విడుదలకు సంసిద్ధమయ్యారు. జనవరి 24నుండి కర్ణిసేన తన ఆగడాలు ప్రారంభించింది. స్కూలు పిల్లలపై దాడిచెయ్యటాన్ని అందరూ నిందించారు. అల్లర్ల నాయకులను అరెస్టు చేశారు. భారీ బందోబస్తు మధ్య ఢిల్లీలో, పంజాబులో, హర్యానాలో సినిమా ప్రదర్శన జరిగింది.

నూటికి నూరుశాతం కాకపోయినా ఎనభైశాతం వరకు థియేటర్లు మొదటిరోజు నిండిపోయాయి. అందరూ సినిమాను ప్రశంసించారు.

రాజస్థాన్‌లో మాత్రం రోడ్లన్నీ బ్లాక్ అయ్యాయి. షాపులమీద దాడులు జరిగాయి. మోటారు సైకిళ్ళ ర్యాలీ జరిగింది. ప్రభుత్వం మౌనమే వహించింది.

పన్నెండుశాతం ఓటర్లు ఇప్పుడిప్పుడే ఉపఎన్నికలు, త్వరలో అసెంబ్లీ ఎన్నికలుంటే ఒక సినిమా గురించి సృజనాత్మకత గురించి, అందులోని స్వేచ్ఛను పరిరక్షించటం గురించి ఆ రాష్ట్రం ఎక్కువ సమయాన్ని, శక్తిని వెచ్చిస్తుందనుకోవటం అత్యాశే కదా!

దక్షిణాదిన, ఇతర రాష్ట్రాలలో చడీచప్పుడూ లేకుండా సినిమా విడుదలయ్యింది.జనం థియేటర్లలో నిండిపోయారు. ప్రాంతీయ భాషల సౌలభ్యమూ లభించింది. సినిమా చూసినంతసేపూ కళ్ళార్పకుండా జనం చూశారనటం తథ్యం.

ప్రతి సీనూ ఒక భవ్యదృశ్యం. సంజయ్ లీలా భన్సాలీ చిత్రాలన్నీ కన్నులపండుగలే. అతి సాధారణమైన కథలను కూడా అసాధారణంగా చిత్రించగల నేర్పరి. అల్లాఉద్దీన్ ఖిల్జీ మరణించిన రెండు వందల సంవత్సరాల తర్వాత ఒక సూఫీ కవి(భక్త కవి అనవచ్చేమో) అవధ్ భాషలో 'పద్మావత్' అనే దీర్ఘ కవిత రాశారు.

పదహారవ శతాబ్దానికి అది రాజస్థాన్‌లో జానపదగాథగా మారి రాణిపద్మినిని దేవతగా కొలిచేవరకు పోయింది.

అల్లాఉద్దీన్ ఖిల్జీ ఎన్నో యుద్ధాలు చేసి, ఎన్నో ప్రదేశాలు ఆక్రమించాడు. రాజ్యవిస్తరణ చేసుకొన్నాడు. తనవైన విలాసాలు, జీవనశైలి అతనికి ఉండి వుండవచ్చు. హిందువులు, ముస్లిమ్‌లు, మంగోలులందరూ తన పరాక్రమానికి, రాజ్యకాంక్షకు బలైనవారే.

ఈ 'పద్మావత్' చిత్రంలో చరిత్రకు న్యాయం జరగలేదనటం వ్యర్థం.చరిత్రలో ఏది వాస్తవమో, ఏదికల్పనో ఎవరూ చెప్పలేరు. రాసేవారి, చదివేవారి దృష్టికోణం బట్టి అది ఉంటుంది. దేవుడు గతాన్ని మార్చలేడుగాని చరిత్రకారులు మార్చగలరని అంటారు.

ఇన్ని వివాదాలకు లోనైన 'పద్మావత్'ను పాకిస్తాన్ ఏ మార్పూ లేకుండా విడుదల చేసింది. అక్కడ హిందీ సినిమాలకు మంచి ఆదరణ ఉంటుంది.

మలేషియా మాత్రం ఈ సినిమాను నిషేధించింది. అక్కడ చాలా చిత్రాలు నిషేధిస్తుంటారు.

సినిమాను కల్పనగానే తీసుకోవాలి కాని వాస్తవంగా కాదుకదా!



విజయం వెనుక ఎన్నో కన్నీళ్ళు

పద్దెనిమిది సంవత్సరాలక్రితం మిస్‌వరల్డ్ కిరీటం పొంది, ఆపైన చిత్రసీమలో కాలు పెట్టిన ప్రియాంకచోప్రా ఇప్పుడు అత్యధిక పారితోషికంఅందుకనే భారతీయతారల్లో ఒకర్తెగా నిలిచింది. అమెరికన్ థ్రిల్లర్ సిరీస్ క్వాంటికోతో పాపులర్ అయ్యాక ప్రపంచంలో అత్యధిక పారితోషికం అందుకునే టెలివిజన్ తారగా ఫోర్బ్స్ జాబితాలోకి ప్రవేశించగలిగిన తొలి భారతీయ తార. ప్రపంచానికి ఇండియా అంబాసిడర్ అయింది.

బాలీవుడ్ నుంచి హాలీవుడ్ స్థాయికి ఎదిగింది. చేతినిండా సినిమాలు, క్వాంటికో సీజన్ 3తో బిజీ. ఇంకెన్నో పురస్కారాలు, గౌరవ ఆహ్వానాలు. ఇదో సారి 'వరల్డ్ సెక్సీయెస్ట్ ఏసియన్ ఉమెన్'గా ఎంపికై రికార్డు సృష్టించింది. 2016, 2017 సంవత్సరాలంతా విజయపరంపరే. ఆమెతో ఇంటర్వ్యూ విశేషాలు.

ఎన్నో అవార్డులు, ప్రశంసలు... మీ ఫీలింగ్?

నాదేశం నా ప్రతిభనుగుర్తించింది.ఇంతటిప్రోత్సాహం నా వెన్ను తట్టుకపోతే నేను ఇన్ని విజయాలు సాధించలేకపోయేదాన్నేమో. ఇదంతా చాలా కష్టతరమైన ప్రయాణం. ఎన్నో గంటలపని, ఎంతో స్వేదం, ఎన్నో కన్నీళ్ళు నా విజయాల వెనుక ఉన్నాయి.

ఓ భారతీయనటికి ప్రపంచతారగాగుర్తింపుపొందడంలో ఎటువంటి వైవిధ్యం ఉంటుంది?

భారతదేశం వెలుపల నేను చేసినదంతా మన దేశప్రతినిధిగానే. ఇదంతా కూడా నేను ఘనదేశంలో నేర్చుకున్నదాని ప్రతిబింబం. అదొక్కటీ నేను ఫీలయిన ఒత్తిడి. నా దేశానికి నేను ఉత్తమ సామర్థ్యంతోనే ప్రాతినిధ్యం వహించానని భావిస్తున్నాను.

ప్రపంచ వేదికపైకి వెళ్ళినప్పుడు భారతీయుల ప్రతిభ ఎలా ఉంటుందన్న విషయాన్ని చెప్పగలిగాననే భావిస్తున్నాను. నేను ఎప్పుడూ నేలపైనే ఉంటున్నాను. నేనిక్కడ ఎంజాయ్ చేసిన పొజిషన్‌కు అమెరికాలో గౌరవం దక్కిందన్నది నా అభిప్రాయం.

విజయానికి నిర్వచనం?

విజయం అనేది నాకెప్పుడూ ఒక్కటే. దక్కిన విజయంతో అందలం ఎక్కేయలేదు.

ఓ పనిలో విజయం సాధించినప్పుడు ప్రయాణాన్ని రెండో దశకు కొనసాగించాలి.

ఎందుకంటే ఇది నిరంతర ప్రయాణం. విజయం ఇంకొన్ని అవకాశాలు ఇస్తూపోతుంటుంది.

టైమ్ లేకపోవడంవల్ల మంచి స్క్రిప్టులు వదులుకోవాలన్న డైలమా ఉంటుందా?

ఉండదనే చెప్పుకోవాలి. ఏడాదిలో నాలుగు సినిమాలు నేను చెయ్యలేను. అయితే ఆ సమయంలో సక్సెస్‌ఫుల్ గ్లోబల్ షో వుంటుంది. ఇక్కడో సినిమా, యుఎస్‌లో ఓ ప్రాజెక్ట్ ఇలా సాగుతుంది. అప్పుడు నాకు కష్టం అనిపించదు.

Courtesy : You & I

రెండు సంస్కృతుల నడుమ పనితో ఎలా ఉంటుంది?

నేను ఇంటిని బాగా మిస్సవుతున్నాను. అయితే నా షోతో, సిబ్బందితో ఎంజాయ్ చేస్తుంటా. మా సిబ్బంది దాదాపు రెండు వందలమంది వుంటుంటారు.

వీళ్ళందరికీ మేము ఇంట్లో చేసుకునే





సెలబ్రేషన్లు అలవాటుచేసి, అనుసరిస్తుంటాం. కాబట్టి ఇంటిని మిస్సవుతున్నా నన్న భావం కొంత తగ్గుతుంది.

ఫ్యాషన్ పోకడలను అనుసరించడం సులువుగా వుంటుందా? కష్టమా?

పైజమా, కుర్తాలు ధరించి హాయిగా నడిచేయాలన్న దృక్పథంగల అమ్మాయిని.

నా జీన్స్, గంజి అంటే నాకు ఇష్టం. నేనుధరించే దుస్తులతో సహా నా జీవితంలోని అన్నిఅంశాల్లోనూ ఉన్నత ప్రమాణాలు పాటిస్తుంటా.

ఫ్యాషన్‌పోకడగలవస్త్రాలూ ఎంచుకుంటాను. ఫ్యాషన్ ట్రెండ్‌ను పక్కనపెడితే, ఓ మహిళగా ఏం ధరించినా కాన్ఫిడెంట్‌గా, కంఫర్ట్‌గా ఫీలవ్వాలన్నది నా అభిప్రాయం. అప్పుడే మరింత అందంగా కనపడతాం. వస్త్రధారణలో నా లక్ష్యం ఎప్పుడూ అలాగే వుంటుంది.

నిర్మాతగా మారాక ఏం నేర్చుకున్నారు?

(నవ్వేస్తూ) ఇదో కృతజ్ఞతలేని ఉద్యోగం. అందుకే నాతో కలిసి పనిచేసిన నిర్మాతలందరికీ కృతజ్ఞురాలిన్నై వుంటాను. వారి ఉద్యోగాలు ఎంత కష్టమైనవో నాకు తెలుసు. ఇండియాలో నేను నిర్మించే సినిమాలపట్ల ఎగ్జయిట్ అవుతుంటా.

ఇన్ని షెడ్యూల్స్, ఇన్ని పనులు మీకు ఎలా సాధ్యపడుతున్నాయి?

వ్యూహాలు, ఇమేజీలు, నెట్‌వర్క్‌లు నాకు తెలియవు. నాకు తెలిసింది తలవంచి, కష్టపడి పనిచేసుకుపోవడం. అందుకే నేను అమెరికాలోనూ, ఇండియాలోనూ పనిని సమతౌల్యపరుచుకోగలుగుతున్నాను. నేను అమెరికాలో ఏ పని చేసినా, అది నా కెరీర్‌కు ఎక్స్‌టెన్షన్. ఏం చేయాలి, ఏం చేస్తే బావుంటుందని సలహాలు ఇచ్చేవారుకాని, స్ఫూర్తికాని నాకు లేరు.

నాకు నచ్చింది, నేను మెచ్చింది నేను చేసుకుపోతాను. నా ఉద్యోగం యాక్షన్-కట్ నడుమ ఉంటుంది. దాన్ని నేను బాగా చేసుకుంటున్నాను.

మీరెంతో సాధించారు. మీ కాబోయే జీవితభాగస్వామిపట్ల అంతే అంచనాలు పెరిగాయా?

(నవ్వేస్తూ) నన్ను నవ్వించగల వ్యక్తి కావాలి. అతను స్మార్ట్‌గా, తెలివితేటలతో వుండాలి. సెన్సాఫ్‌హ్యూమర్, చక్కని ఆలోచనా విధానంవుండాలి. అటువంటి వ్యక్తినే గౌరవిస్తాను. ఇది నా టీనేజీ నుంచీ గల ఆలోచన. దీనిలో ఏ మార్పు లేదు.

ప్రేమలో ఇచ్చేధోరణి ఎక్కువా?

బాగా. అలాగే పుచ్చుకునే ధోరణి కూడా. నేనా విషయాన్ని ఖండించలేను. నేను చాలా పొసెసివ్.

పెళ్ళికబురు చెప్తారా?

పెళ్ళిళ్ళు ప్రణాళిక ప్రకారం అవుతాయని నేను విశ్వసించను.

సరైన వ్యక్తి దొరకాలి. అటువంటి వ్యక్తి తారసపడినప్పుడు తప్పకుండా పెళ్ళాడతా అంటూ ముగించింది ప్రియాంక.

అయినపూరి సుజాత



అంతా రాజకీయమే

పవార్ రాజకీయం

దేశమంతా రిపబ్లిక్ డే ఉత్సవాలలో బిజీగా ఉంటే రాజకీయ ఎత్తుగడల్లో ఆరితేరిన శరద్‌పవార్ మాత్రం ముంబయి వీధుల్లో రాజ్యాంగ పరిరక్షణ పాదయాత్రతో బిజీ అయ్యాడు.

ఆ పాదయాత్ర గురించి జనం అంతగా పట్టించుకోలేదు. కాని ప్రతిపక్షాల నుండి ప్రధాని అభ్యర్థిగా తన పేరు ప్రతిపాదనకు వచ్చేలా చేయాలన్నది పవార్ ఆలోచన. సరైన సమయంలో తగిన ఎత్తుగడ వేసి తనకు అనుకూలంగా పరిస్థితిని మార్చుకోవటంలో దిట్ట శరద్‌పవార్.

నిన్న మొన్నటివరకు తన రాజకీయ ఇన్నింగ్స్ ముగిసిందని, తన కూతురుకు వారసత్వం ఇచ్చానని అన్న పవార్ ఇప్పుడు వరస మార్చాడు.

తానే ప్రతిపక్షాన్ని నడుపుతానంటున్నాడు. ప్రతిపక్షంలో ఉన్న ఖాళీని భర్తీ చేయగలిగిన నేత లేడన్నది శరద్ పవార్ విశ్వాసం.

అతని సీనియారిటీ, రాజకీయ అనుభవం అనుకూలిస్తుందని అనుకుంటున్నాడు. అయితే ఆయన ఎత్తుగడలను భరించలేమని మిగిలిన ప్రతిపక్షాలు దూరంగా ఉంటున్నాయి. ◆

ఇద్దరిదీ మిత్రధర్మమే

ఎ.పి.లో టి.డి.పి, బి.జె.పి.ల మధ్య వ్యవహారం ముదురుతోంది. ఒక పార్టీ మరొకరిని 'వెళ్ళదలచుకుంటే వెళ్ళిపోండి' అని బెదిరిస్తారు.

తిట్టనంత తిట్టనిచ్చి, చెయ్యగలిగిన హానిచేయనిచ్చినతర్వాత తన కార్యకర్తలను అదుపులో ఉండమని చెపుతుంటాడు ఎ.పి. సి.ఎమ్.

ఆయన ఎత్తుగడ బాగా తెలిసిన బి.జె.పి. నేత, సి.ఎమ్. దగ్గరి బంధువు రెండోవైపునుండి ఎదురుదాడి చేయిస్తుంది. ఒక కుటుంబంవారు ఇరు పార్టీలవైపు ఉండి, వారి వ్యక్తిగత విభేదాలు, ఒకరి ఎదుగుదలను మరొకరు సహించలేని మనస్తత్వాన్ని పార్టీలమీదికి నెట్టి మంచి వినోదమే పంచుతున్నారు ఎ.పి. ప్రజలకు.

ఇటీవలి కాలంలో అది కొంచెం ముదిరింది. ఎ.పి. సి.ఎమ్.కి తన రాజకీయ ప్రయోజనాలకు చేసే పనులను బి.జె.పి. ప్రశ్నించటం ఇష్టం ఉండదు. సి.ఎమ్. బలహీనతలు ఏవో వాటిమీద దెబ్బకొడుతుంటారు బిజెపివారు. ఫలితంగా పైకి మిత్రధర్మం, లోలోపల రణరంగం తంతుగా సాగిస్తున్నారు టి.డి.పి., బి.జె.పి.వారు. ◆

మైనారిటీ అస్త్రాలు

కర్ణాటకలో ఎన్నికల వేళ అక్కడి ముఖ్యమంత్రి సిద్ధరామయ్య గెలుపుకోసం మైనారిటీ అస్త్రాలు ప్రయోగిస్తున్నాడు. పోలీసు కేసులు మైనారిటీల మీద ఉంటే వాటిని ఎన్నికలలోపు వెనక్కితీసుకుని కాంగ్రెస్ పార్టీకి మేలు జరిగేలా ఉత్తర్వులిచ్చాడు. మనదేశ పరిభాషలో మైనారిటీ అనేది ముస్లిమ్‌లకు పర్యాయపదమని అందరికీ తెలిసిందే.

ముస్లిమ్ ఓటుబ్యాంక్ కోసం కక్కుర్తి అని ప్రతిపక్షాలు విమర్శించేసరికి అమాయకులందరిమీదా కేసులు ఎత్తివేయాలని కొత్త సర్క్యులర్ ఇచ్చారు. ఐతే ఒక్కొక్కసారి మైనారిటీ ప్రేమ వికటిస్తుంది. కేసులు ఎత్తివేస్తామంటున్నారు సరే. అమాయకుల మీద కేసులున్నాయి అంటున్నారు సరే...

ఇంతకీ ఆ కేసులు పెట్టింది ఎవరు? సిద్ధరామయ్య ప్రభుత్వం హయాంలో పెట్టిన కేసులే కదా! అమాయకులని తెలిసి మీరెందుకు కేసులు పెట్టారు! ఇంతకాలం మమ్మల్ని పోలీసుస్టేషన్ చుట్టూ, కోర్టులచుట్టూ ఎందుకు తిప్పారు! అని వారు ప్రశ్నిస్తున్నారు. మీకు ఓట్లు కావాలి కాబట్టి మామీద కేసులు ఎత్తివేస్తామంటున్నారు.రేపు మళ్ళీ పెట్టరని గ్యారెంటీ ఏమిటి! అనే వారి ప్రశ్నకు సిద్ధరామయ్యదగ్గర సమాధానం లేదు. ◆

ఇద్దరు సి.ఎమ్.ల అభిమానం

'అజ్ఞాతవాసి' సినిమాకి పవన్‌కళ్యాణ్ కోరినన్ని షోలు వేసుకునేందుకు తెలంగాణ, ఎ.పి. సి.ఎమ్.లిద్దరూ పర్మిషన్లు ఇచ్చారు. ఎన్ని షోలు వేశామన్నది కాదు ముఖ్యం ప్రేక్షకులు ఎంత గొప్పగా ఆదరించారన్నది ముఖ్యమని వారంలో తేలిపోయింది. 'అజ్ఞాతవాసి' తేలిపోగానే అసలు పవన్‌కళ్యాణ్ పోరాటబాటగా రోడ్డు ఎక్కాడు.

తొలిపాదం మోపుతూనే తెలంగాణ సి.ఎమ్. సూపర్ అని, అనంతపూర్‌లోకి అడుగిడుతూనే సస్యశ్యామలంగా ఉందని ఎ.పి. సి.ఎమ్.ని పొగుడుతూ ఆ ఇద్దరు సి.ఎమ్.లకు తనకు ఉన్న అనుబంధం ఎటువంటిదో చాటాడు. చివరికి జనసేన రాజకీయంవలన అధికార పార్టీలకు మేలేగాని ఏమాత్రం హాని ఉండదు అని స్పష్టమైంది.

రెండు రాష్ట్రాలలో ప్రభుత్వంపై ఉన్న అసంతృప్తి ఓటును జనసేన చీల్చుకుని అధికారం వారి చేతుల్లోనే 2024 వరకు కొనసాగేలా చెయ్యగలడన్నది అంచనా. తన పార్టీ నిర్మాణం 2019 నాటికి పూర్తవదుకాబట్టి ఇప్పుడే అధికారం ఆశించటం అనవసరమని పవన్‌కి ఎవరో చెప్పినట్లున్నారు. ◆

చీనాభిమానం

ప్రజలకు స్వేచ్ఛ ఇస్తే మావో బండారం బయట పడుతుందన్నది అందరికీ తెలుసు. కాని ఆ విషయం మనదేశంలోని సి.పి.ఎమ్. నేతలకు తెలియటంలేదు. కేరళ ముఖ్యమంత్రి పిన్నరాయి విజయన్ 'చైనాకేం, బ్రహ్మాండం' అంటున్నాడు.

భారత్‌మీద దురాక్రమణ చేసినా, డోక్లాం విషయంలో దూసుకువస్తున్నా, భారత్‌ని అంతర్జాతీయ వేదికలమీద దొంగదెబ్బ తీస్తున్నా సిపిఎమ్‌వారికి చీమకుట్టినట్టు లేదు.

పైగా భారత్‌నే చైనాకు వ్యతిరేకంగా పనిచేస్తోంది అని విజయన్ సెలవిస్తున్నాడు.

ఆయన అంత అడ్డంగా భారత్ వ్యతిరేకి చైనాను వెనకేసుకువస్తూ, భారత్‌నే తప్పుపడుతున్నా సీనియర్ నేతలు, పొలిట్‌బ్యూరో సభ్యులు ఎవ్వరూ ఒక్కమాట అనలేదు.

వారి మవునంతో అది కేవలం ఒక్క రాష్ట్ర స్థాయి నాయకుడి అభిప్రాయం కాదని, మొత్తం సి.పి.ఎమ్ పార్టీ అభిప్రాయమని అనుకోవాల్సి వస్తుంది. స్వదేశాన్ని కాదని పరదేశీ అభిమానమే కమ్యూనిజమా! ◆

తేడాలు లేకట

'నా హత్యకు కుట్ర జరుగుతోంది' అంటూ హడావుడిగా ప్రెస్‌మీట్ పెట్టిన ప్రవీణ్ తొగాడియా, ఆ కుట్ర నరేంద్రమోడీ ద్వారా జరుగుతోందని పరోక్షంగా చెప్పి, ఆ తర్వాత అసలు నాకూ, మోడీకి మధ్య విభేదాలే లేవు అంటూ ముక్తాయించాడు. సరిగా సి.పి.ఎమ్. నేతలు అంతేలే.

సీతారామ్ ఏచూరి ప్రతిపాదిత కాంగ్రెస్ మిత్ర విధానాన్ని ఓడించేవరకు నిద్రపోలేదు ప్రకాష్ కారత్. ఆ కారత్ కొట్టిన దెబ్బకు విలవిలలాడి ప్రధాన కార్యదర్శి పదవి వదులుకునేందుకు సిద్ధమైన సీతారాం ఏచూరి ఇప్పుడు నాకూ, కారత్‌కి విభేదాలే లేవు. వ్యక్తిగత విభేదాలు కానే కాదు అంటూ వివరణ ఇస్తున్నాడు.

పార్టీ అత్యున్నత సమావేశంలో కారత్‌మీద ప్రతీకారానికి ప్రయత్నాలు ముమ్మరం చేస్తూనే సీతారాం ఏచూరి తన విభేదాలు సీరియస్ కాదంటున్నాడు. తొగాడియా కూడా 'నరేంద్రమోడీ, తాను చిరకాల మిత్రులం నమ్మండి' అంటూ మీడియా ముందు చిరునవ్వులు చిందిస్తున్నాడు.

ప్రేమికుల రోజు



Courtesy : VANITHA

ప్రతి ఏటా జరుపుకునేదే అయినా ప్రతి ఏటా భిన్నంగా జరుపుకోవాలనుకునే రోజు వాలెంటైన్ డే. వాలెంటైన్ రోజు అంటే రొమాంటిక్ డే. రొమాంటిక్ డే అంటే ప్రేమికుల రోజుగా మనం చెప్పుకుంటున్నాం.

కాని రొమాన్స్ అనే పదానికి అర్థం ఒక మరుపు రాని అనుభవం అని. ఆ అనుభవం కుదిరితే సరైన భాగస్వామితో పొందవచ్చు. అలా లేకున్నా, ఒంటరిగానే వున్నప్పటికీ రొమాంటిక్‌గా వాలెంటైన్ జరుపుకునే యత్నం చెయ్యగలరు.

ప్రేమ అంటే ఆడ, మగ మధ్యననలేదు ఎవరూ! ప్రేమ అనేది ఎవరితో అయినా ఏ సమయంలో అయినా పడగలిగినది. ప్రేమంటే ఒక భావోద్వేగం. ప్రేమంటే ఒక శక్తి. మరొకరిని ప్రేమించగలిగిన శక్తి వున్నవాడే నిజమైన వాలెంటైన్.

ఆ వాలెంటైన్ రోజు కోసం,తగిన తోడు కోసం ఎదురుచూడటంలో వుండే ఆనందం వేరు.

ఆ ఆనందకర అనుభవం కోసం ఎన్ని వాలెంటైన్ రోజులోనే ఎదురుచూడవచ్చు. అలాగని సరైన తోడు లేదని వాలెంటైన్ డేని జరుపుకోక మూడీగా కూర్చోనవసరంలేదు.ఒంటరిబృందాలు గుంపుగాచేరి వాలెంటైన్ డే జరుపుకునే పద్ధతి వుంది.అలా అమ్మాయిలంతా ఒకచోటచేరి జరుపుకునే సరదాని గాలెంటైన్స్ డే అంటారు. అంటే గర్ల్స్ జరుపుకునే ప్రేమ పండుగ అని అర్థం.

వాలెంటైన్ డే సాయంత్రం సమయానికి ఒంటరిగా వున్న స్నేహితులంతా ఒక చోటుకు చేరండి. అలా అమ్మాయిలంతా ఒక చోటుకు చేరితే ఇక కావాల్సినంత సరదా... అల్లరికి ఏమాత్రం కొదవ ఉండదు. బృందంలోని సభ్యులందరూ ఒకరంటే మరొకరికి వున్న ప్రేమ, ఇష్టతను గర్వంగా చెప్పుకోవచ్చు. వారి స్నేహంలోని ప్రేమను సెలబ్రేట్ చెయ్యటమే గాలెంటైన్ డే హడావుడి.

స్నేహితులతో గడపటం తొలి ప్రాధాన్యతాఅంశం. అలా స్నేహితులందరూ ఒక చోట చేరే అవకాశం లభించనపుడు తమ చుట్టూ వున్న ఇతరులలో మీరు ఇష్టపడేవారిని గుర్తుచేసుకోండి.

తల్లిదండ్రులు, తోడబుట్టినవారు, మిత్రులు... మీ ఎదుగుదలలో సహాయపడినవారు... అందరితో ఆ రోజంతా ఒకరి తర్వాత మరొకరితో కబుర్లుచెప్పి మీ మనసులో వారి మీదున్న ఇష్టతను తెలియచెప్పండి. అది ఒకరకంగా కృతజ్ఞతా ప్రేమ వ్యక్తీకరణ.

మనసులో ఎన్నో చేయాలనివుంటుంది. కాని చెయ్యలేం. ఏదో సందేహం. ఎవరన్నా ఏదైనా అనుకుంటారేమోనన్న భయం. అటువంటి వాటినన్నింటినీ వదిలించుకునే అమ్మాయిల వాలెంటైన్స్ డేకి మరో పేరు గాలంటైన్స్ డే. మిమ్మల్ని మీరు ప్రేమించుకునే సదవకాశం ఇస్తుంది. మీ శరీరరూపాన్ని తనివితీరా చూసుకుని గర్వపడే రోజు అది.

ఎవరూ తోడు లేకున్నా నేనొక్కదాన్ని హాయిగా బ్రతకగలనన్న ప్రకటన ఇచ్చుకునే రోజు. మీకిష్టమైనవస్తువులు కొనుక్కోండి.

ప్రేమ కబుర్లకు ఇంతకన్నా తగిన రోజు మరొకటి లభించదు. నిజంగా ప్రేమలో పడి, ప్రియుడు దగ్గరుంటే ఆ అవకాశం, ఆనందం, ఆ వాలెంటైన్‌డే సెలబ్రేషన్స్ వేరు. అలా లేనపుడు స్నేహితులందరితో ఫోన్ ద్వారా లవ్ సందేశాలు పంపుతూనే వుండవచ్చు.

సంక్షిప్తసందేశాలతో సరదా ప్రేమ ఆటలు ఆడుకునే అవకాశమిస్తుంది గాలెంటైన్ డే.

ఎటువంటి అడ్డూ వుండదు. దూరంగా వుంటారు కాబట్టి ఎటువంటి ప్రత్యక్ష ఇబ్బందులు కూడా ఏర్పడవు.

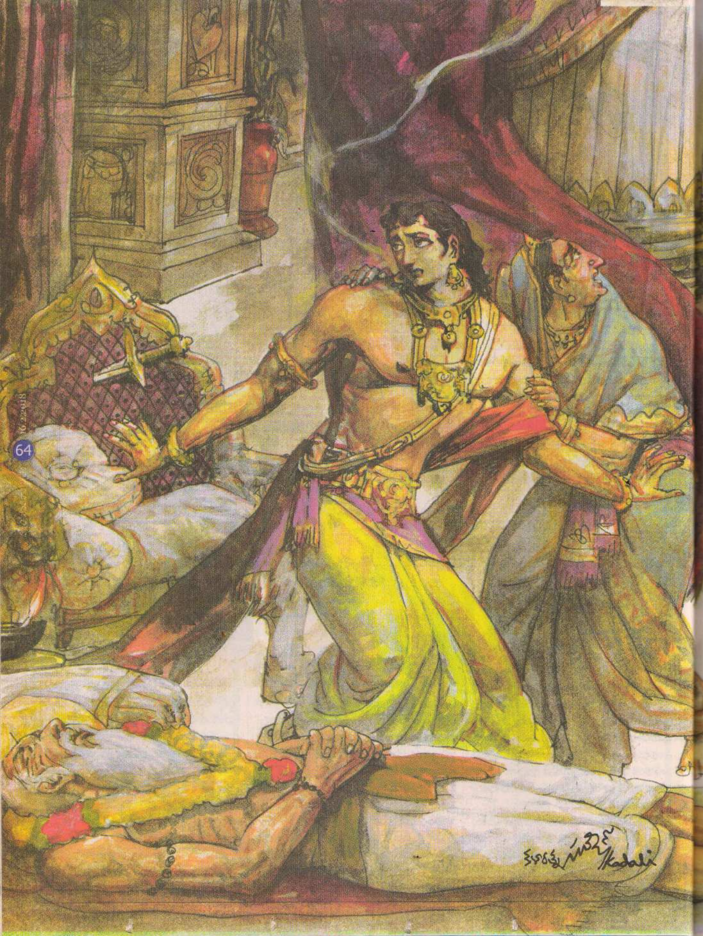
చిలిపి ప్రేమకబుర్లతో అవతలివారిని వేధించి, రెచ్చ గొట్టి, తెల్లవార్లూ రెచ్చిపోయి.

ఇటువంటి గాలెంటైన్ పద్ధతి నచ్చలేదు అనుకుంటే ఇతర దేశాలలో అనుసరించే వాలెంటైన్ డే సాంప్రదాయాలలో బాగానచ్చినదానిని ఎంచుకోవచ్చు.

దక్షిణకొరియాలో అమ్మాయిలు రుచికరమయిన వంటకాలు స్వయంగా తయారుచేసి వాటిని బాక్స్‌లో పెట్టుకుని, అందంగా అలంకరించుకుని ప్రియుడి కోసం వెతుక్కుంటూ బయలుదేరితే ఆమెకోసం తెల్లరంగు పూలు పట్టుకుని స్వాగతం చెప్పటానికి సిద్ధంగా వుంటాడు.

తన ప్రియురాలు పెట్టిన స్వీట్స్ తిని తన ప్రేమను తెలియచేస్తూ చక్కని బహుమతులిస్తాడు అబ్బాయి. ఇంగ్లండ్ అమ్మాయిలు తమ పరుపు దిండు నాలుగు మూలల నాలుగు ఆకులు ఉంచి తమకు భవిష్యత్తులో రాబోయే భర్త గురించి కలలు కంటూ పడుకుంటారు.

ఆ కలల్లో కనిపించిన అబ్బాయిలలో స్పష్టత లేకుంటే వారు తనకు జోడు కాదనుకుంటుంది అమ్మాయి. ఆ కలలో ఎవరి ముఖమైతే స్పష్టంగా కనిపిస్తుందో, అతడిని తెల్లవారినప్పటినుండి వెతుక్కుంటుంది. ఈ సంవత్సరం గాలెంటైన్ డేగా గడిపినా వచ్చే సంవత్సరం వాలెంటైన్ డేకల్లా జంటగా జీవితం గడుపుతారని భావిస్తారు.



సీరియల్



సామ్రాట్ సముద్రగుప్త

సి. శివరామమూర్తి

కచుడు మహామంత్రికి అక్కడ జరిగిన సంభాషణలను వివరిద్దామనుకున్నాడు గానీ మళ్ళీ పునరాలోచించి ఆగిపోయాడు.

'అయినా మహామంత్రికి ఈ విషయం తెలియవలసిన అవసరమేముంది. ఈ సమాచారం తనకే పరిమితమవ్వాలి'

ఇద్దరూ ఒకరినొకరు విషయాల్ని గుప్తంగా ఉంచామనుకుంటున్నారు. పైగా ఇద్దరూ మహామేధావులు.

'ఒకరిమీద ఒకరికి అనుమానం లేకుండా ప్రవర్తించామనుకుంటున్నారు' భగవంతుడు మనుష్యుల మధ్య తన లీలనెంత విచిత్రంగా నడుపుతాడు!

కచుడు "సముద్రుడేం చేస్తున్నట్టు కశ్యపా!" అని అడిగాడు.

కశ్యపుడు "యువరాజులే చెప్పాలి"

కచుడు "బాగా పొద్దుపోయాక ఈ రోజు ఒకానొక సుందరి సముద్రుడి ప్రాసాదంలోకి వచ్చిందని వార్త"

కశ్యపుడు నవ్వి ఊరుకున్నాడు.

కచుడు "అలా నవ్వి ఊరుకునే విషయంకాదేమో మహామంత్రీ" అన్నాడు.

కశ్యపుడు "సుందరీమణులు సముద్రగుప్త యువరాజును వెతుక్కుంటూ రావటం పరిపాటికదా. యువరాజా!"

కచుడు అదోలా నవ్వాడు- "కానీ ఈ సుందరి ఏదో ఆపదలో ఉన్నదిట" అన్నాడు. "ఆపదలో ఉన్న అబల సబలు డయిన రాకుమారుడ్ని వెతుక్కుంటూ రావటంలో ఆశ్చర్యం ఏమున్నది యువరాజా! ఇంతకీ ఆమెకు వచ్చిన ఆపద ఏమిటో" అన్నాడు.

"ఇవాళో రేపో తెలుస్తుంది. ఇంతకూ ఒక ప్రక్క వృద్ధుడి శవం, మరోపక్క సుందరితో మంతనాలు...?" కచుడి గొంతులో అంతర్లీనంగా చిరాకు.

కశ్యపుడు మౌనంగా ఉండిపోయాడు 'ఈ సుందరి వర్తమానం తనకు చేరే ఉన్నది. ఇలాంటి సుందరీమణుల గురించి తన అమూల్యకాలాన్నివెచ్చించి ఆలోచించాల్సిన అవసరంలేద'ని కశ్యపుడి అభిప్రాయం. కచుడు సాలోచనగా "ఆమె అద్భుత, అద్వితీయ సుందరి అని వార్త" అన్నాడు.

కశ్యపుడు "ఈసారి పూవు భ్రమరాన్ని వెతుక్కుంటూ వచ్చింది యువరాజా...!" సరిగ్గా ఇదే సమయంలో సముద్రగుప్తుడి ప్రాసాదంలో ఆసుందరి లావినియా కపోతాలపై కన్నీరు.

సముద్రగుప్తుడు చలించిపోతున్నాడు ఆ దృశ్యానికి.

"లావినియా! నీకొచ్చిన భయమేమీ లేదు. నిన్ను నేను రక్షించుకుంటా"

అప్రయత్నంగా అన్న ఆ చివరి మాట "రక్షించుకుంటాను" సముద్రగుప్తుడే ఆశ్చర్యపోయాడు. ఆ తర్వాత అతడ్నెంతగానో ఆలోచింపచేసింది.

అనాలోచితంగా అన్న ఈ మాట కాకతాళీయమా, ఈశ్వర ప్రేరణయా! కానీ లావినియాకు ఆ మాటలు పన్నీటి జల్లులా, గ్రీష్మంలో వర్షపు చుక్కలా సాంత్వన కలిగించాయి!

సముద్రగుప్తుడివద్ద సెలవు తీసుకుంది లావినియా.

యువరాజా చేటీని పిలిచి లావినియాకు విడిది ఏర్పాటుచేశాడు. లావినియానిష్క్రమించగానే సముద్రగుప్తుడికి అమావాస్య కమ్ముకున్నట్లయింది. ఇప్పటికి ఎన్నిసార్లు అనుకున్నాడో 'ఎంతటి సౌందర్యం.. ఎంతటి లావణ్యరాశి...' ఈమె నిజంగా మానవ కాంత యేనా లేక ఆ ఇంద్రుడి కూతురా! అమె మాట్లాడుతూవుంటే శతకోటి సుమధురస్వరాలు ఆలపిస్తున్నట్టుగా, తీయని అనుభూతి, తన శరీరంలో అణువణువునా వ్యాపిస్తోంది.

ఆమె సాన్నిహిత్యంలో తాను కర్పూర గుళికలా ప్రజ్వరిల్లి తన అస్తిత్వాన్ని కోల్పోతున్నాడు. ఇంతకాలం సముద్రగుప్తుడిముందు ఓడిపోయిన స్త్రీలే ఉన్నారు. కానీ, అతడిని ఓడించిన స్త్రీ ఇంతవరకు తారసపడలేదు.

కారణం సముద్రగుప్తుడే అద్వితీయ సౌందర్య రాకుమారుడు అని దేశ దేశాలలో ప్రసిద్ధికెక్కినవాడు. సాక్షాత్తూ ఆ మన్మథుడే ఈ భూమ్మీద అవత

4 జరిగిన కథ

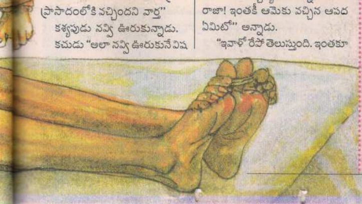
ఓ వృద్ధుడు సముద్రగుప్తుడివద్దకు వచ్చి రేపటి గురించిన నీ జీవిత పుస్తకం ఇందులో దొరుకుతుందని చెప్పి తాళపత్రాలిచ్చి అతని చేతిలో చనిపోతాడు. ఆ తాళపత్రాలు విచిత్రంగా మాయమవుతాయి.

ఓ రాత్రి చంద్రగుప్తుడివద్ద ప్రత్యక్షమవుతాడు కాపాలికుడు. నీ పెద్ద కుమారుడ్ని మహారాజుని చేయాలంటే నీలో భయసందేహాలు,రెండో కుమారుడిని మహారాజును చేయాలంటే అతను శృంగార పిపాసి.

ఎవరికి రాజ్యభారం అప్పచెప్పాలా అనే ఆలోచనలో నీవు సతమతమవుతున్నావని చెపుతాడు. వచ్చే అమావాస్యరోజు భద్రకాళి ఆలయానికి రమ్మని కోరతాడు కాపాలికుడు.

సముద్రగుప్తుని కోరికమీద జ్యోతిష్య శాస్త్రాన్ని నేర్పుతాడు ఓ వృద్ధ జ్యోతిష్కుడు. మహా సౌందర్యవతియైన లావినియావచ్చి సముద్రగుప్తుడిని కలుస్తుంది. వేటనుండి వచ్చిన కచునికి రాజధానిలో జరిగిన విషయాలను తెలియజేయగా కాపాలికుడి గురించిన సమాచారం విస్మయాన్ని కలిగిస్తుంది.

ఇక జరగబోయేది చదవండి.



ఓ గ్రూప్-అంతే!

ఈమధ్య రకుల్‌ప్రీత్‌సింగ్ ఎక్కడికి వెళ్ళినా మళ్ళీ మళ్ళీ ఒకటే ప్రశ్న ఎదురవుతున్నది. 'రానాతో డేటింగ్' అన్న వార్త గాలిలో తేలుతున్నది.

ఎందరు, ఎన్నిసార్లు, ఎక్కడ ఈ మాట అడిగినా, చిరాకుపడకుండా సౌమ్యంగా సమాధానం ఇస్తున్నది రకుల్. "మేమందరం అంటే పది హేను, ఇరవైమందిమి ఓ గ్రూప్‌గా ఉంటాము. వాళ్ళలో రానా కూడా ఉన్నాడు. మేం ఇద్దరం మంచి స్నేహితులం. అనవసరంగా మా గురించి పుకార్లు వస్తున్నాయి.

నేను హైదరాబాద్‌లో ఉంటాను. అమ్మావాళ్ళు ఢిల్లీలో ఉంటారు. ఇక్కడ నాకు అందరూ ఫ్రెండ్సే. మా గ్రూప్‌లో పెళ్ళికానివాళ్ళం ఇద్దరు, ముగ్గురం ఉన్నామేమో.ఇలా లింకులు పెట్టేసి పుకార్లు సృష్టిస్తున్నారు" అంటూ సుదీర్ఘ వివరణ ఇచ్చింది.



రించాడని ఆ దేశంలోని కన్నెపిల్లల విశ్వాసం. కేవలం ఆ మోహనమూర్తి దర్శనభాగ్యంవల్లనే తమ జన్మ ధన్యమవుతుందనుకునే సుందరీమణులు ఆ దేశంలో కోకొల్లలు.

సముద్రగుప్తుడు సౌందర్యారాధకుడు. ఎన్నిజన్మల నుండి సౌందర్యాన్ని ఆరాధిస్తున్నాడో కాని, ఈ జన్మలో ఆ ఆరాధనలన్నీ సాఫల్యంచెంది తానే ఒక అద్భుత సౌందర్యగుళికలా ఆవిర్భవించాడు. అగ్నికి, కాంతికి అవినాభావ సంబంధమెలా ఉన్నదో సౌందర్యానికి ఆనందానికి అటువంటి అవినాభావ సంబంధమున్నదని సముద్రగుప్తుడి నమ్మిక. అంతేకాదు, ఈశ్వరుడు విభూతి ఆ సౌందర్యమని, ఆ సౌందర్యానికి అతడే విధాత, ప్రదాత అని రాకుమారుడి అభిప్రాయం.

మనిషి వెదుకుతున్న ఏ ఆనందమైనా ఆ సౌందర్యంలోనే లయిస్తుందని,అలాగే సౌందర్యం కూడా ఆ ఆనందంలోనే సాఫల్యత సంతరించుకుంటుందని అతడి మరో విశ్వాసం.

'సౌందర్యం లేనిదే ఆకర్షణ లేదు. ఆకర్షణ లేనిదే కామం ఉద్భవించదు. కామం లేనిదే ఈ సృష్టేలేదు.నీవులేదు. నేను లేదు. సమస్తమూ జడత్వమే.

చివరకు మనుషుల్లోనే కాదు, లోయలలో పచ్చికబయళ్ళలో, కొండల్లో, వాగుల్లో, సెలయేళ్ళలో,ఆకాశంలో, సూర్యుడిలో, చంద్రుడిలో, సమస్త చరాచర సృష్టిలో, ఈ ప్రకృతి యావత్తులో ఈ సౌందర్యం నిబిడీకృతమయివున్నది.

మనిషికి సౌందర్య నేత్రమే ఉండాలే కాని, ఈ విశ్వంలో ఎంత మకరందమున్నది. ఈ జీవితమే ఒక మధుపాత్ర' ఇలా ఉంటాయి సముద్రగుప్తుడి ఆలోచనలు! లావినియా సూదంటురాయిలా ఆకర్షించుకుంది సముద్రగుప్తుడిని.

అలాగే సముద్రగుప్తుడిలో అది మోహమో, వ్యామోహమో, లేక ప్రేమ పరితాపమో తెలియదు. పిచ్చి పిచ్చివాడయిపోయినట్లుగా ఉంది అతడి మనసు. ఈ లావణ్యరాశి ఈ బంగారు పంజరాన్ని చేరింది. అయితే ఈ బంగారు పంజరానికి తలుపులు లేవు.

అయితే తెరచుకున్న పంజరాన్నే విశ్వసిస్తాడు సముద్రగుప్తుడు.

తనదగ్గిరకొచ్చిన సుందరాంగనల స్వేచ్ఛను గౌరవించటం రాకుమారుడి ఆనవాయితీ. వారి హృదయాన్ని గాయపరచటం, కలలోనైనా చేయడు సుకుమారుడు.

వారికి సంపూర్ణ స్వేచ్ఛ, గౌరవాలు లభించేవి. సముద్రగుప్తుడు స్వయంగా స్వేచ్ఛాప్రియుడు, సౌందర్యప్రియుడు,ప్రేమాన్వితుడు. తను కోరుకునేవి ఇతరులకు కూడా లభించాలనుకునే ఉదాత్తుడు. అన్నిటికీ మించి సముద్రగుప్తుడు హృదయాన్ని జయించనిదే ఏ స్త్రీనీ స్పృశించనయినా స్పృశించేవాడే కాదు. అలా కాకుండా స్త్రీని కోరుకోవటం బలాత్కారంతో సమానమని అతడి విశ్వాసం.

సముద్రగుప్తుడు మనసుకు కళ్ళెం వేయాలన్పించింది "లావణ్య తన ఆశ్రయాన్ని కోరింది. ఆపదలో ఉన్నానని అన్నది. ఆ ఆపద ఏమిటో ఏకరువు పెట్టింది.అంతకుమించి ఒక్కమాటైనా మాట్లాడలేదు. ఆమె హృదయంలో వేదనాభారంతప్ప మరో విషయమే లేనట్టుంది. ఆ వేదనను ముందుగా తను తొలగించాలి. అంతవరకు ఈ మనసును అరికట్టాలి"

సముద్రగుప్తుడు ఆ పక్క వృద్ధుడి శవాన్ని పడుకోబెట్టిన మందిరానికి వెళ్ళాడు. హఠాత్తుగా ఆ శవాన్ని చూడగానే ఆ సమయంలో కొన్ని ఘడియల క్రితం అతడి మాటలు గుర్తుకొచ్చాయ్! 'ఇంత తపస్సు చేసినా నాలో భోగవాంఛలు అంతరించలేదు రాకుమారా!'

'మరి ఏమయ్యాడు ఈ మనిషి వాంఛలు తీర్చుకోకుండానే మరణించాడా...! మళ్ళీ జన్మ ఎత్తుతాడుట. అపుడు తీరుతాయా ఇతడి వాంఛలు. నిజంగానే ఆత్మ అనే వస్తువు ఒకటున్నదా! ఈ ఆత్మ అనేక శరీరాల్లో ప్రయాణం చేస్తుందా! ఏమో... ఆత్మ ఉందో లేదోకాని మనసుమాత్రం ఉన్నది'

సముద్రగుప్తుడు వృద్ధుడి శవం తలవైపు ఆసనంమీద కూర్చొని ఆలోచిస్తున్నాడు "ఇంతవరకూ ఉన్నదే మిటి... ఇప్పుడు లేనిదేమిటి... జీవించి ఉండగా ఉన్నదీ, ఇప్పుడు ఈ మృత్యువులో లేనిదేమిటి... అది ఆత్మయేనా... తను వేదవేదాంగాలు, అనేక శాస్త్రాలు చదివాడు. సమస్తమూ ఆత్మ వ్యాపించి ఉన్నదట. ఈ విశ్వంలోని సమస్త నామరూపాలు ఈ పరమాత్మయేనట.

ఏమో... స్వానుభవములోకి వచ్చేదాకా సత్యం అవగతం కాదు. అలాగే ఆత్మను దర్శించాలంటే మనసును జయించాలట. ఈ మనసునుగురించి అనేక సంవత్సరాలు తను ఆలోచించాడు, శోధించాడు. ఈ జగత్తు అంతా మనసు సృష్టించేదేనని వృద్ధుడికిబోధించాడు. 'మనసు నశిస్తేనే సత్యదర్శనం అవుతుందని' తన మాటలకు వృద్ధుడు అచ్చెరువొందాడు.

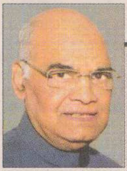
'ఈ జ్ఞానాన్ని తను సంపాదించాడు.కానీ వృద్ధుడికి వివరిస్తానంటే 'తర్వాతెపుడో నేర్చుకుంటాడట. బహుశా వచ్చే జన్మలో తన దగ్గిర శిష్యరికం చేస్తాడు కాబోలు!'

సముద్రగుప్తుడికి నవ్వు వచ్చింది 'ఈ జన్మల గొడవ దేనికి... భగవంతుడు తనకు ఈ అపూర్వ అదృష్టం, రాకుమారుడి జన్మను ఇచ్చాడు. భోగభాగ్యాలు, సిరిసంపదలు, ఆరోగ్యమూ, యవ్వనమూ-ఒకటేమిటి ఈ భూమి మీద మనుషులు కోరుకుని పరితపించే అన్ని అంశాలను తనొక్కడికే ఇచ్చాడు. చేతిలో మోయలేనంత మధుపాత్రను పెట్టాడు.ఆ ఈశ్వరుడే స్వయంగా ఆ మధువును నిరంతరం నింపుతున్నాడు. తనలో ఇంకా రక్తియే ఉన్నదికాని విరక్తి రగులుకోలేదు. ఆ విరక్తిని ఆ పరమేశ్వరుడు ప్రసాదించేదాకా ఈ రక్తిలోనే తాను మునుగుతాడు.

మాతామహి వచ్చింది "సముద్రా! ఈ అపరాత్రిలో ఈ శవందగ్గర జాగరణ ఏమిటి" మందలించింది.

సముద్రుడు "మాతామహీ! ఇంకా మీరు నిదురించలేదా!"

"లేదు!"



పండుగలు చేసుకున్నా,
నిరసనలు తెలియచెప్పినా
అది పొరుగువారికి
అసౌకర్యం కలిగించరాదు.
-రామనాథ్ కోవింద్, రాష్ట్రపతి

"వెళ్ళి శయనించండి. నాకు నిద్ర రావడంలేదు. మనసులో ఏవేవో ఆలోచనలు నిద్రరాకుండా చేస్తున్నాయ్!"

"ఈ భూమండలములో మెరిసే నక్షత్రానివి నీవు. ఇలా ఎవరో తెలియని ఈ అనామకుడి శవందగ్గర జాగరణ చేయటం అనుచితమని, శోభాయమానంకాదని తెలియదా!"

"ఇతడు నా ప్రాసాదంలో మరణించాడు మాతామహీ!"

"అయితే...." మహాదేవి కళ్ళలో అరుణిమ. సముద్రగుప్తుడు తామిద్దరకూ మధ్య జరిగింది 'తు.చ.' తప్పకుండా వివరించాడు-

"మాతామహీ! ఇతడు మహాతపస్వి. మరణాన్ని ముందుగా చెప్పగలగటం మహనీయులకుగాని సాధ్యంకాదు. ఇతడు నిస్సందేహంగా మహాపురుషుడే. పైగా అతడి రాబోయే జన్మకు నాకేవో అవినాభావసంబంధమున్నదట"

మహాదేవి నిట్టూర్చింది- "ఇంతకూ రేపు ఇతడికి దహన సంస్కారములు ఎవరు చేస్తున్నారు?"

"నేను..." సముద్రగుప్తుడన్నాడు.

"సముద్రా...!" ఈసారి మహాదేవి కంఠంలో కోపం తాండవించింది.

"తండ్రి జీవించివుండగా మరో వ్యక్తికి, అదీ ఎవరో అనామకుడికి, నీలాంటి రాకుమారుడు దహనసంస్కారాలు చేయటం తప్పని, ధర్మవిరుద్ధమని తెలియదా!" అంది.

సముద్రగుప్తుడు "ఎందుకనో నా మనసు నన ్ను ఇలా నిర్దేశిస్తోంది మాతామహీ!" అన్నాడు.

ఎనిమిది పదులు నిండిన మహాదేవికి ఈసారి నిజంగా ఆగ్రహం వచ్చి, నిగ్రహించుకోలేకపోయింది. సముద్రగుప్తుడివైపు ముందుకు వడిగా అడుగులు వేయబోయి తమాయించుకోలేక తూలిపడబోయింది. ఆమెను సంబాళించేందుకు సముద్రగుప్తుడు హఠాత్తుగా ఆసనంలో లేచి ముందుకు అడుగులు వేశాడు.

సరిగ్గా అదే సమయంలో శబ్దమైంది. తనవెనుక సముద్రగుప్తుడు చివ్వుమని తలతిప్పి చూశాడు. ఎక్కడనుంచి వచ్చిందోకాని ఒక కత్తి వేగంగా వచ్చి సముద్రగుప్తుడు కూర్చున్న ఆసనంలోకి దూసుకుపోయింది. ఆ దృశ్యానికి ఆ ఇరువురూ అవాక్కయిపోయారు.

సముద్రగుప్తుడు ఆశ్చర్యం నుంచి తేరుకోవడానికి సమయం పట్టింది.

మహాదేవికి అయితే నోట మాట రావటంలేదు. పూర్తిగా సంబాళించుకొన్నతరువాత సముద్రగుప్తుడు అప్రమత్తుడయ్యాడు. వెంటనే మందిరం నుండి బయటకు వచ్చి, ఆ కత్తి దూసుకువచ్చినవైపుగా నడిచి ఆ నలు మూలలా వెతికాడు.

ఆ మందిరానికి ఆనుకొని మరొక మందిరం వున్నది. ఆ మందిరానికి ఆవలివైపు సింహద్వారం. అక్కడ రాజభటులు విచ్చుకత్తులతో పహరా కాస్తున్నారు. ఎవరూ లోపలకు వచ్చిన అలికిడిగాని, జాడగానీ లేదు.

"ఎవరక్కడ?" సముద్రగుప్తుడు బిగ్గరగా అరిచాడు.

ఆ అరుపుకు బిలబిలమంటూ రాక్షసుల్లాంటి యోధానుయోధులైన రాజభటులు పదిమంది ఒక్కుమ్మడిగా లోపలకు ప్రవేశించారు.

అందరి మొహాల్లో ప్రశ్నలు! వచ్చి వినయంగా తలవంచుకొని నిలబడ్డారు ఆజ్ఞకోసం. "ఎవరయినా వచ్చారా?"

ఆ ప్రశ్నకు అందరూ ఒకరి మొహాలొకరు చూసుకున్నారు. అందరూ ఒక్కుమ్మడిగా "లేరు యువరాజా! ఆఖరకు ఒక చిన్న చీమకూడా లోపలకు ప్రవేశించలేదు" అన్నారు.

రాజభటులు చెప్పింది వాస్తవమని, వారి వాలకం చూస్తుంటేనే అర్థమవుతుంది సముద్రగుప్తుడికి.

"వెళ్ళవచ్చు"

ఆ అందరూ మరోసారి ఒకరివైపు ఒకరు అయోమయంగా చూసి యువరాజు ఆజ్ఞను పాలించారు. వాళ్ళు వెళ్ళినతరువాత సముద్రగుప్తుడు ఆ మందిరంలో అణువణువునా శోధించాడు. ఎంత వెతికినా అతడికి ఎటువంటి జాడా దొరకలేదు.

ఏ శత్రువు ఆచూకీని తెలుసుకోలేకపోయాడు. బయటనుంచి లోపలకు మనుషులు వచ్చారన్నది అసంభవం. అప్రమత్తులయిన పదిమంది రాజభటులు కళ్ళుకప్పి లోపలకు రావడం పూర్తి అసంభవం.

పైగా సింహద్వారంతప్ప లోపలకు ప్రవేశించేందుకు మరొక ద్వారం లేదైనా లేదు. లోపల ఉన్నవారు బయటకు వెళ్ళాలి. లేదా తను ఉన్న మందిరంలోకి ప్రవేశించాలి. అంతకుమించి మరో మార్గం లేనేలేదు. 'బయటకు పారిపోక, తన మందిరంలోకి ప్రవేశించక కత్తి విసిరేసిన ఆ ఆగంతకుడు ఎలా పారిపోయాడు? ఎక్కడ దాక్కున్నాడు?'

మరోసారి అణువణువునా శోధించాడు సముద్రగుప్తుడు.

ఎంత గాలించినా విసిగి వేసారిపోయాడుగాని, రాకుమారుడికిమాత్రం ఎటువంటి ఆచూకీ అంతుపట్టలేదు.

గాలించగా గాలించగా ఆ స్తంభానికి కొంచెం దూరంగా రెండు పాదాల గుర్తులు నేలమీద కన్పడ్డాయ్!

ఆ స్థలంలో గంధపు పొడి చెల్లాచెదురుగా పడివుంది. ఆ మేరలో అంతకు ముందు రాజనర్తకి నాట్యానికి తయారవుతూ గంధపు పొడిని మొహాన రాసుకున్నట్టున్నది. అక్కడ గంధపు పొడి జారిపడినట్టు తనకు లీలగా గుర్తుకు వస్తోంది. సముద్రగుప్తుడికి అనుమానించటానికి కారణం లేకపోలేదు.

ఆ చుట్టుపక్కల మరెవ్వరిపాదాల గుర్తులూ లేవు, ఆపొడిలో ఆ రెండు పాదాల గుర్తులుతప్ప.

సముద్రగుప్తుడు వంగి పరీక్షగా చూశాడు "అవి సుకుమార స్త్రీ పాదాలైనా కావాలి. లేదా ఎవరయినా చిన్న పిల్లల పాదాలయినా కావాలి"

సముద్రగుప్తుడు వెంటనే వెళ్ళి తన శయనాగారంలో అంతకుముందు పాలతో నింపినవెండిలోటాపైనఉంచిన తామర ఆకును తెచ్చి దానిమీద దూరంగా ఉన్న ఆ ప్రమిదలోని నూనెను రాసి ఆ గంధపుపొడిమీద ఉన్న పాదాల గుర్తుపై ఉంచి గట్టిగా నేలకు అన్చివత్తాడు. కొన్ని క్షణాల తరువాత ఆ తామరాకును అతి జాగ్రత్తగా పైకి

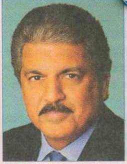
లెక్కకోసం చెయ్యలేను



ఎప్పటికప్పుడు కొత్తదనాన్ని కోరుకుంటానని, నటిగా సరికొత్త ప్రయత్నాలు చేయాలన్న తన దాహంతీరనిది అని గొప్పలు చెప్పుకుంటున్నది బాలీవుడ్ భామ దియానా పెంటీ.

'కాక్‌టెయిల్'తో కెరీర్ జర్నీ ఆరంభించింది. "పదేపదే పోలికలున్న సినిమాలు, పాత్రలు చేయడంవల్ల నటిగా సంతృప్తి దక్కదు. ఎప్పటికప్పుడు గత చిత్రాలకు, చేసే చిత్రాలు భిన్నంగా వుండాలని భావిస్తుంటాను.

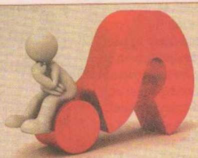
లెక్కకోసం సినిమాలు చెయ్యలేను. ఇప్పటిదాకా ఇదే ధోరణితో ఉన్నాను. భవిష్యత్‌లో ఇలాగే అవకాశాలు దక్కుతాయని ఆశిస్తున్నాను. మంచి అవకాశాలకోసం వేచి చూస్తూనేవుంటాను తప్ప ధోరణి మార్చుకోను" అంటోంది. ఏంటో ఈమె గోల?



వాతావరణ మార్పులే వచ్చే దశాబ్దిలో అతిపెద్ద వ్యాపార అవకాశం... కొత్త టెక్నాలజీలను ప్రభుత్వం ప్రోత్సహించాలి.

-ఆనంద్ మహీంద్రా
సి.ఇ.ఓ. మహీంద్రా గ్రూప్

చిలిపి



దేవుడు మనకు చెవులెందుకు పెట్టాడు?
కళ్ళజోడు పెట్టుకోవడానికి.

సృష్టిలో తీయనిది?
రేషన్‌కార్డుపై దొరికే చక్కెర!

'సిటీబస్సులు' కామెంట్ ప్లీజ్?
సంచార వ్యాయామశాలలు.

అదృష్టమంటే...?
గాజులు తొడిగేవాడిదే.

సెన్సార్ బోర్డుపై మీ అభిప్రాయం?
శుద్ధ స్వార్థపరులు! వాళ్లు చూస్తారు గానీ ఇంకెవరినీ చూడనివ్వరు.

భర్త ఈల వేస్తున్నాడంటే అర్థం?
భార్య పుట్టింటికి వెళ్ళిందని.

పార్కులెందుకు?
నిరుద్యోగుల కాలక్షేపానికి.

రెండు పెదవులు కలిస్తే?
'ప్ప్'

మీ ఆవిడ పేరేమిట్రా? 'పతీ'
"కుమారి"

ఇల్లాలికి, ప్రియురాలికి తేడా?
ఇల్లాలు ఇనప్పెట్టె, ప్రియురాలు బ్రీఫ్‌కేస్.

గుడిలో పులిహోర చాలా రుచిగా ఉంటుంది. కారణం?
కొద్దిగా పెడతారుగనుక.

టైలరంటే?
కొత్త బట్టలు చింపేవాడు.

లాగాడు. ఇపుడు సుస్పష్టంగా ఆ పాదాల గుర్తులు ఆ తామరాకుపై చక్కటి ముద్రలుగా ముద్రించబడ్డాయి!

సముద్రగుప్తుడు ఆ తామరాకును తీసుకునివెళ్ళి అత్యంత రహస్య ప్రదేశంలో నిక్షిప్తపరిచాడు. ఉన్నట్టువుండి అతడి మనసులో పొడసూపిన భావన "ఇదికూడా తాళపత్రాలలాగా మాయమయిపోదు కదా!"

ఒక్కక్షణం ఆలోచించి తలవిదిల్చి నిర్ధారించుకున్నాడు సముద్రగుప్తుడు. ఆ తర్వాత మాతామహిని చేరాడు. మహాదేవికి ఇంకా నోటమాట రాని స్థితిలో ఉన్నది.ఆమె అలాగే శిలా విగ్రహంలా చేష్టలుడిగి ఉన్నది.

సముద్రగుప్తుడు ఆమెను సమీపించి యథాస్థితికి తీసుకువచ్చేటప్పటికి రాత్రి వేకువఝాములోకి ప్రవేశించింది. ఆమెకు భయం పోగొట్టి నచ్చచెప్పడానికి సముద్రగుప్తుడికి తలప్రాణం తోకకు వచ్చినట్టయింది.

"ఈ విషయం తక్షణమే సామ్రాట్‌కు తెలియచేయాలి" మహాదేవి కోరిక.

"వద్దు మాతామహీ! వద్దు. ఈ విషయాన్ని నేనే తేల్చుకుంటాను. అంతవరకు ఈ విషయం మనిద్దరి మధ్యనే ఉండాలి" అన్నాడు సముద్రగుప్తుడు.

"ప్రాణాంతకమవుతుంది సముద్రా! నీకేమైనా అయితే ఒక్కక్షణం కూడా నేను జీవించలేను..." ఆమె కళ్ళల్లో ప్రేమాశ్రువులు. మాతామహి ముడుతలుపడ్డ నుదురును ప్రేమగా చుంబించాడు సముద్రుడు.

"అలా ఎన్నటికీ జరగదు మాతామహీ! నీ మనమడు అల్పాయుష్కుడు కాదు. దయచేసి ఎవ్వరికీ చెప్పవద్దు" మాట తీసుకున్నాడు సముద్రగుప్తుడు.

మాతామహి మహాదేవి తేరుకోవడానికి చాలాసేపు పట్టింది. ఈసారి సముద్రగుప్తుడ్ని అభ్యర్థించింది. "అలాగే నీ మాట వింటాను. కానీ నువ్వు నా మాటకూడా వినాలి సముద్రా!"

"... ... ...?"

"ఈ వృద్ధుడి శవానికి నువ్వు దహన సంస్కారాలు చేయటానికి వీల్లేదు. ఇది శాస్త్రవిరుద్ధమేకాకుండా నీ తండ్రికి తీరని అరిష్టం" అని చెప్పింది.

"కానీ... కానీ ఇతడు..."

"నా ప్రాంగణంలోమరణించవచ్చు. అంతమాత్రాన నీ విధ్యుక్తధర్మం అతడిని దహనం చేయమని కాదు"

"... ... ..."

"ఐనా యాభైసంవత్సరాలు తపస్సు చేసిన వ్యక్తి యతితో సమానం. యతికి దహనసంస్కారాలు చేయరాదు"

"మరేంచేయాలి మాతామహీ!"

"ఒక చిన్న దోనెలాంటి పడవలో శవాన్ని పడుకోబెట్టి, ఒక దీపాన్ని వెలిగించి నదిలో విడిచివేయాలి. ఆ దోనె శవాన్ని మోసుకుని అలా నదిలో ప్రయాణించి చివరకు ఎక్కడో ఒకచోట నదీ గర్భంలో కలిసిపోతుంది.ఆ శవం జలచరాలకు ఆహారమవుతుంది"

సముద్రగుప్తుడికి మాతామహి చెప్పినదానిలో సత్యం తోచింది.

అంతేకాకుండా మరునాడు రాజపురోహితుడు మైత్రేయుడు కూడా మహాదేవి చెప్పినట్టుగానే అదే సూచన ఇవ్వడంతో సముద్రగుప్తుడికి మరి గత్యంతరం లేకపోయింది. సూర్యోదయమయినతర్వాత సముద్రగుప్తుడు మైత్రేయుడి ఆధ్వర్యంలో ఆవిధంగానే తంతును పూర్తిగావించి గంగానదిలో శవాన్ని వదిలివేశాడు.

శవాన్ని దోనె పడవలో పడుకోబెడుతున్నప్పుడు చివరిసారిగా మరోసారి చూశాడు, ఆ వృద్ధుడి ఎదపైన అర్థ చంద్రాకారపు ఆ పుట్టుమచ్చను"

చంద్రగుప్తుడు ఎదురుచూసి ఎదురుచూసిన అమావాస్య చివరకు రానేవచ్చింది. కాపాలికుడు తనకు ఈ రోజున ఏదో మహిమ చేసి చూపుతానన్నాడు. మిట్టమధ్యాహ్నంలో సామ్రాట్ భద్రకాళీ ఆలయంలో కాపాలికుడ్ని కలవవలసివుంది.

ఈరోజు తనకు జరగబోయే అనుభవాన్ని ఆసరా చేసుకుని కాపాలికుడ్ని ఎంతవరకు విశ్వసించవచ్చునో నిర్ణయించుకోబోతున్నాడు సామ్రాట్.

సామ్రాట్ భద్రకాళీ ఆలయానికి బయలుదేరుతున్నాడన్న వార్త మహామంత్రి కశ్యపబ్రహ్మకు, యువరాజు కచగుప్తుడికి చేరింది.

కశ్యపబ్రహ్మ గత రెండు మూడు సంవత్సరాలుగా కచగుప్తుడికిబాగా సన్నిహితుడయ్యాడు. **ఇంకా ఉంది**



పెద్దనోట్ల రద్దు తర్వాత పొదుపు విభాగంలోకి నిధుల రాక గణనీయంగా పెరిగింది. అవి 28 లక్షల కోట్లకు చేరాయి. -చందా కొచ్చర్
ఐ.సి.ఐ.సి.ఐ. బ్యాంక్ సి.ఇ.ఓ.

సంచలన క్రీడాకారిణి



Courtesy : THE WEEK

భారతదేశ క్రీడల్లో 2018 సంవత్సర ప్రారంభమే సంచలన క్రీడాకారిణిగా వెలుగులోకి వచ్చింది ఆంచల్ ఠాకూర్.

భారతీయులకు అంతగా పరిచయము లేని స్కీయింగ్‌లో అంతర్జాతీయస్థాయిలో పతకం గెల్చుకోవటం ఆంచల్ ఘనత. గతంలో భారతీయులు ఎవరూ ఆ క్రీడలో పతకం గెలవలేదు.

ఈ 21 ఏళ్ళ హిమాచల్‌ప్రదేశ్ అమ్మాయి ఘన విజయం వెనుక పలు సంవత్సరాల పట్టుదల, ప్రతికూల పరిస్థితులను ప్రతిఘటించగలనన్న నమ్మకం, తండ్రి ప్రోత్సాహం వున్నాయి.

ప్రభుత్వాలు, క్రీడా సంఘాలనుండి ప్రోత్సాహం లభించకపోయినా, తనకంటూ ఒక లక్ష్యం వుంటే అది అందుకోవటం సాధ్యమేనని నిరూపించిన ఆంచల్ ఠాకూర్ ఈ తరంవారిలో స్ఫూర్తి నింపుతున్నది.

భారతదేశానికి ఉత్తరాన వున్న హిమాలయాలు, హిమాలయాలంటే మనకు ఆధ్యాత్మిక నిలయాలు. పాశ్చాత్యులకు మంచు పర్వతాల వినోద, విలాస ప్రాంతాలు. అందుకే మన దేశంలో మంచుపై ఆటల ఆలోచన లేదు. సౌకర్యాలు అంతకన్నా లేవు.

కాని ఐరోపా ఖండంలోని ఆల్ప్స్ పర్వతాలమీద నుండి కిందికి వేగంగా జారుతూ ఆడే ఆటను చూసే వుంటారు. స్కీయింగ్ అని పిలిచే ఆ క్రీడలో కాళ్ళకు మంచుమీద జారేందుకు వీలైన పెద్ద పాదాలవంటివి కట్టుకుని, జారేటప్పుడు అటూ ఇటూ పడిపోకుండా వుండేందుకు మద్దతుగా రెండు కర్రపుల్లలు వంటివి పట్టుకుని, పర్వతాలపైనుండి అతివేగంగా జర్రున జారుకుంటూ, ఒంపులు తిరుగుతూ-

అక్కడకూడా ఎగిరిపడుతూ చూసేవారిని ఆశ్చర్యానికి గురిచేస్తూ పాల్గొనే ఆ స్కీయింగ్‌ని సినిమాలలో, స్పోర్ట్స్ ఛానల్స్‌లో చూసే స్థాయిని దాటి భారతీయులు ముందుకు వెళ్ళలేదు.

అసలు మనదేశంలో అటువంటి స్కీయింగ్ చేతనైనవారున్నారని తెలియదు. కాని హఠాత్తుగా ఈ సంవత్సరం ఆరంభంలోనే ఆంచల్ ఠాకూర్ అనే 21 ఏళ్ళ మహిళ సంచలనం సృష్టించి, స్కీయింగ్ పోటీలో కంచు పతకం పొంది వార్తల్లోకి ఎక్కింది.

క్రికెట్ క్రీడకు తప్పి మిగిలిన ఆటలకు, ఆటగాళ్ళకు అంతగా ప్రాచుర్యం ఇవ్వని భారతీయ మీడియా వలన ఆంచల్‌గురించి బయటకు తెలియలేదు. ఆమె సాధించిన విజయం ఎంత గొప్పదో అర్థంకాలేదు.

జనవరి 2018 6-9 తేదీలమధ్య జరిగిన ఆల్పైన్ ఎజ్డెర్ 3200 కప్‌లో ఆమె సాధించిన విజయంతో అంతర్జాతీయ స్కీయింగ్ పోటీలో గెలిచిన తొలి భారతీయ జాతీయురాలైంది. ఇంతవరకు భారతీయ పురుషులు ఎవరూ కూడా అటువంటి పతకాన్ని గెలవలేదు. అందుకే ఆంచల్ విజయం మరింత ఘనమైనది.

ఆంచల్ పుట్టింది మనాలీ ప్రాంతంలోని బురువ గ్రామంలో. మనాలీ ప్రాంతం మంచు కొండలతో నిండివున్నది. భారతీయులు వేసవి విడిదిగా వెళ్ళే ప్రదేశం. చిన్నతనంనుండి చూసినది కనుచూపు మేరలో మంచే. ఆటలు ఆడుకున్నది మంచుగడ్డలతో ఆటలు ఆడుకునే మైదానం మంచు పర్వతాలే.

మంచుతో ఆడే ఆటలు తప్పించి మరేమీ తెలియని ఆంచల్‌కి తమ ప్రాంతంలోకి వచ్చే విదేశీయులు, వారు చేస్తున్న స్కీయింగ్ ఆకట్టుకున్నాయి. ఆమె తండ్రి రోషన్ ఠాకూర్ తనకున్న కొద్దిపాటి అనుభవంతో, చౌకగా లభించే స్కీయింగ్ పరికరాలతో స్కీయింగ్ చేస్తుండేవాడు.

అదిచూసి ఆంచల్ తన ప్రయత్నం మొదలుపెట్టింది. వారి బంధువు హిరాలాల్ ఠాగూర్ విదేశాలకు వెళ్ళి అక్కడ స్కీయింగ్ నేర్చుకుని, అక్కడే కోచ్‌గా శిక్షణ పొందుతున్నాడు. అతని ప్రోత్సాహం ఆ తర్వాతి కాలంలో లభించిందట. కాని ప్రారంభంలో అంతా ఆమె నిలబడింది, నమ్ముకున్నది స్వశక్తిమీదనే.

ఆంచల్ ఠాగూర్ ఫైనల్ ఇయర్ డిగ్రీ చదువుతోంది. బి.ఎ.లో జాగ్రఫీ, హిస్టరీ, పొలిటికల్ సైన్స్ తన గ్రూప్ అయినా "అందులో నాకు తెలిసిందేమీ లేదు. అసలు పుస్తకాలు తెరిచే సమయం ఎక్కడ?" అంటూ ఏమాత్రం దాచుకోకుండా చెప్పింది.

కళ్ళు మూసినా, తెరచినా అంతా మంచుపర్వతాల నుండి జారటమే కనిపిస్తుందట ఆంచల్‌కి. స్కీయింగ్ తన జీవితంలో ముఖ్యమయిన అంశంగా, ఊపిరిగా మార్చుకుంది. హైస్కూల్ స్థాయిలో స్కీయింగ్‌మీద పట్టు సాధించినా భారతదేశంలో ఆ క్రీడకు పోటీల నిర్వహణ లేనందున పోటీల అనుభవం లేనందున విదేశీ గడ్డమీద కొన్నిరకాల ఇబ్బందులు ఎదుర్కొనాల్సివచ్చింది ఆంచల్.

స్కీయింగ్‌కి శిక్షణ ఖరీదైనది. కోచింగ్ ఇచ్చేవారు రోజుకు 200 యురోలు వసూలుచేస్తారు. ఒక నెల కోచింగ్‌నికూడా భరించలేని ఆర్థికస్థితి ఆంచల్‌ది. ప్రభుత్వాలు స్కీయింగ్‌ని క్రీడగా గుర్తించి ప్రోత్సహించింది లేదు. ఫలితంగా ఆంచల్ సాధించినదంతా ఆమె. ఆమె కుటుంబం సహకారం లేదు.

స్కీయింగ్ పరికరాలు చాలా పదునైనవి. అటువంటి పరికరాలను వెంటతీసుకువెళ్ళటానికి విమాన యాన సంస్థలు అంగీకరించవు. అవి క్రీడా పరికరాలని నమ్మినా ఒప్పుకోరు భారతీయ విమానాశ్రయ అధికారులు.ఏంచెయ్యాలో తోచక రైళ్ళలో ప్రయాణం చేసిన సందర్భాలు వున్నాయి ఆంచల్‌కి.

అయినా ఏ ఒక్క రోజు కూడా స్కీయింగ్‌ని ఎందుకు ఎంచుకున్నాను అనే బాధ ఆంచల్‌కి కలగలేదు. భిన్నంగా వుండాలనుకున్నప్పుడు, భిన్నమైన క్రీడను ఎంచుకున్నప్పుడు విభిన్న అనుభవాలు తప్పవు.వాటినెదుర్కొని ముందుకు వెళ్ళటమే మనం చెయ్యాల్సింది అని మనసులో స్థిరపరచుకుని ముందుకు వెళ్ళినందునే ఆంచల్ నేడు ప్రపంచ విజేత అయింది.

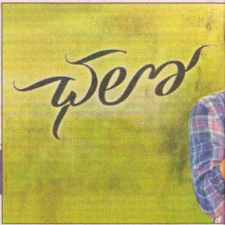
ఒలింపిక్స్ గురించి అందరికీ తెలుసు. అలాగే వింటర్ ఒలింపిక్స్ జరుగుతాయి. మంచు వాతావరణంలో ఆడే క్రీడల పోటీలు వింటర్ ఒలింపిక్స్. 2018 వింటర్ ఒలింపిక్స్‌కి 2022లో బీజింగ్ నగరం ఆతిథ్యం ఇవ్వనుంది. దానిలో పతకం సాధించటమే లక్ష్యంగా ఆంచల్ ఇప్పుడు కృషిచేస్తున్నది.

ఇక తనకు ప్రభుత్వం, స్పాన్సర్స్‌కి కొరత వుండదని అనుకుంటోంది ఆంచల్.

కదిలే బొమ్మల కబుర్లు

Review

రెండు ఊళ్ళ గొడవ



టాలీవుడ్‌లో కొత్తగా వస్తున్న డైరెక్టర్లు చాలామంది అభిమన్యులే. వీళ్ళకు పద్మవ్యూహంలో ప్రవేశించడం తెలుసు. వెనక్కు రావడం తెలియదు.

సినిమా లైన్ ప్లాన్ చేసి, ఇంటర్వెల్ బ్యాంగ్‌దగ్గర ముడేయడంవరకు బాగా చేస్తారు. కానీ అక్కడి నుంచి మెల్లమెల్లగా వేసే ముడివిప్పి, కథను పద్ధతి ప్రకారం ముగింపు దిశగా నడిపి, సినిమాకు తగ్గ క్లైమాక్స్ అమర్చి, జనాలను సంతృప్తిగా థియేటర్ నుంచి బయటకు పంపించాలి.

కానీ కొత్త దర్శకులు చాలామంది ఈ సెకండాఫ్ వ్యవహారం దగ్గరే తడబడి, తప్పటడుగులు వేస్తున్నారు. ఇలాంటి కొత్త దర్శకుల జాబితాలోకి మరో పేరు చేరింది.అతగాడి పేరు వెంకీ కుడుముల. ఆ సినిమా పేరు 'ఛలో'.

'ఛలో' అంటూ జనాల్ని థియేటర్‌లోకి తోసే ప్రయత్నంచేస్తున్న ఈ సినిమా కథేంటంటే, హరి (నాగశౌర్య) పుట్టినదగ్గరనుంచి అవతలివాళ్ళని కొట్టికానీ, తను కొట్టించుకుని కానీ ఆనందించే రకం.

అలాంటివాడిని మార్చాలని,నిత్యం కొట్టుకు చచ్చే తిరుప్పురం అనే ఊరికి పంపిస్తాడు తండ్రి (నరేష్). తెలుగు, తమిళ జనాలు రెండుగా విడిపోయి కొట్టుకునే ఊరు అది. అలాంటిచోట తెలుగువాడైన హరి, తమిళ అమ్మాయిని ప్రేమిస్తాడు.

అప్పుడేం జరిగింది అన్నది మిగిలిన కథ.

'ఛలో' సినిమా తొలిసగం బాగుంటుంది. మలి సగంకూడా బాగుంటుంది. కానీ తొలి సగం బాగున్నంత కాదు. సినిమా ఎత్తుగడనుంచి హైదరాబాద్ మీదుగా తిరుప్పురం వెళ్ళి, ఇంటర్వెల్ లాక్‌వరకు సినిమా ఏ రిమార్క్కూ లేకుండా నడుస్తుంది.

దర్శకుడికి మంచి వెటకారం, ఫన్ పుష్కలంగా వున్నాయి. దానికితోడు మంచి సినిమాటోగ్రాఫర్ (సాయి శ్రీరామ్) దొరికాడు.

ఖర్చుపెట్టే నిర్మాత దొరికాడు. దాంతో తొలి సగం ఎక్కడా పెద్దగా ఏ లోపం లేకుండానే బండి చులాగ్గా లాగించేశాడు. స్క్రిప్ట్‌లోకూడా ఎక్కడా ఏ తడబాటు అన్నది లేకుండా చూసుకున్నాడు.

సత్య తదితరుల సాయంతో కామెడీకి లోటు రానివ్వలేదు. అంతా బాగానే వుంది.ఇంటర్వెల్‌బ్యాంగ్ బాగానే సెట్ అయింది అని అనుకుని ద్వితీయార్థం చూడడం మొదలెడితే కాస్త తేడా వచ్చింది.

ద్వితీయార్థంలో కూడా ఈ ప్రొడక్షన్ వాల్యూలు, ఫన్, సినిమాటోగ్రఫీ వీటికి ఏమీ లోటు లేదు.

సమస్య ఎక్కడ అంటే, తొలిసగంలో కథ కదలకున్నా, కథనంతో నెట్టుకు వస్తే సరిపోయింది. కానీ ద్వితీయార్థంలో అలా కాదుగా.

కథ ఖచ్చితంగా నడిచి కంచికి చేరాల్సిందే. అక్కడికీ సెకండాఫ్‌లో ఫన్ బాధ్యతను వెన్నెల కిషోర్ బాగానే తీసుకుని మోశాడు.

అయితే సినిమా నడపడానికి రాసుకున్న సన్నివేశాలు తొలిసగంలో ముడివేయడానికి రాసుకున్నంత బలంగా లేకపోవడం ఓ సమస్య.

ఈ సన్నివేశాలలో హీరోయిన్ పాత్ర అంతగా లేకపోవడం అన్నది మరో సమస్య.

అవన్నీ ఏదో విధంగా సరిపెట్టేసుకోవచ్చు. ఎందుకంటే వెన్నెల కిషోర్ తన మార్కు కామెడీతో కాస్త మరిపిస్తాడు కనుక.

కానీ అంత సీరియస్ సమస్యగా ప్రాజెక్ట్ చేసిన దాన్ని క్లైమాక్స్‌లో మరీ ఫన్నీగా, మరీ గాబరాగా డీల్ చేయడం అన్నది అసలైన మైనస్‌గా మారింది.

పోనీ ఫన్నీగా డీల్‌చేసినా, కాస్త నెమ్మదిగా, లాజిక్‌కు కాస్తయినా దగ్గరగా డీల్‌చేసి వుంటే అసంతృప్తి వుండకపోను.

కానీ దర్శకుడు అలా చేయలేకపోయాడు. ఒకటే ఉంపుడుగత్తెకోసం ఇద్దరు కొట్టుకు చస్తే, ఆ అమ్మడికి పుట్టినవాడు ఏ పేరుతో, ఎలా పెరిగి, ఆ ఇద్దరి వారసులమీద పెత్తనం చెలాయించే జమీందారుగా మారాడో? దర్శకుడికే తెలియాలి.

కామెడీ సినిమాకు క్లైమాక్స్ కామెడీగా వుండొచ్చు కానీ, రాసుకున్న పాయింట్ కామెడీ కాకూడదు కదా? సరే, ఇంత సీరియస్ డిస్కషన్ పక్కనపెడితే, సరదాగా ఓ క్లీన్, ఫన్ ఫిల్డ్ కలర్‌ఫుల్ ఎంటర్‌టైనర్ చూడాలనుకుంటే మాత్రం 'ఛలో' చూసేయచ్చు.

రెగ్యులర్ ఆడియన్స్‌ను మరీ అంత డిజపాయింట్



కనులవిందు

సినీ అవకాశాలు లేనప్పుడు వీలయినంత గ్లామర్ చిందుల విందులు చేయడం పరిపాటయిపోయింది. నేహాశర్మకూడా అదేపనిలో నిండా నిమగ్నమైవుంది.

తెలుగులో 'చిరుత'తో రంకేవేసి, రయ్‌న దూసుకుపోగలనని ఆశించింది కాని, ఇక్కడంత సీన్ లేకపోయింది. దాంతో బాలీవుడ్ వెళ్ళిపోయింది. అయితే అక్కడా సరైన బాట దొరకనేలేదు.

చేసిన కొద్దిపాటి చిత్రాలు కూడా ఫెయిలవడంతో దాచిన అందాలకు తెరలేపేసింది.

సామాజిక మాధ్యమాల్లో నేహాశర్మ విందు చూసిన వారు పసందుగా వుందంటున్నారు. ఇంతమాత్రానికే కొత్త అవకాశాలు పుట్టుకొచ్చేస్తాయా....? ◆



చేసేయదు. మూడు ఫైట్లు, ఆరు పాటలు, రొటీన్ రొడ్డకొట్టుడు సినిమాలతో పోల్చుకుంటే కాస్త బెటరే. కానీ ఇంకా బెటర్‌గా ప్రొడక్ట్ వచ్చే అవకాశంవుంది. కానీ దర్శకుడు అది చేయలేకపోయాడు.

హీరోగా నాగశౌర్య బాగా చేశాడు. మాన్లీగా వుండి, ఫన్ జోనర్‌ను కూడా తాను బాగానే పండించగల ననిపించుకున్నాడు.హీరోయిన్ రష్మి మడొన్నా క్యూట్ లుక్స్‌తో బాగానే చేసింది.

సత్య, వెన్నెల కిషోర్, ఇంకా బోలెడుమంది యూట్యూబ్ స్టార్లు కలిసి ఫన్ బాగానే పండించారు.సినిమాకు ఖర్చుచేయడమన్నదానికన్నా,పద్ధతిగా కలర్ ఫుల్‌గావుండేలా ఖర్చుచేయించాడు సినిమాటోగ్రాఫర్. అతనికి మంచి మార్కులు పడతాయి.స్వరసాగర్ మహతి అందించిన సంగీతంలోరెండుపాటలు బాగున్నాయి.నేపథ్యసంగీతం అక్కడక్కడ బాగుంది.

అవసరంలేనిచోట్లకూడా బాదేయడం అంత బాగా లేదు. దర్శకుడు వెంకీ రాసుకున్న ఫన్ అంతా బాగా పండింది. ఫస్ట్ సినిమా అన్న బెరుకు సీన్లలో కనిపించలేదు. కానీ ద్వితీయార్థం స్క్రిప్ట్ మీద,క్లైమాక్స్ మీద మరికాస్త కసరత్తుచేసివుంటే బాగుండేది.

రెండు వర్గాలుగా విడిపోయినవారు కలవాలంటే మూలాలే అన్వేషించక్కరలేదు.

మనసులు మార్చి కలపవచ్చు. ఇప్పటికి సవాలక్ష సినిమాల్లో జరిగింది అదే.

మళ్ళీ మరోసారి అదే దిశగా ఆలోచించివుంటే, క్లైమాక్స్ కూడా బాగుండేదేమో?

ప్లస్‌పాయింట్స్...
ఫస్ట్ హాఫ్
వినోదం
సినిమాటోగ్రఫీ
రెండు పాటలు

మైనస్‌పాయింట్స్...
ద్వితీయార్థంలో కొంత భాగం
క్లైమాక్స్

పంఛ్‌లైన్
ఛలో... వెళ్ళొచ్చు ◆

ఎలా ఆడుతున్నాయి?

- 'భాగమతి' సినిమా 2018 తొలి ప్రాఫిటబుల్ హిట్‌గా నిలిచింది. దాదాపు ఇరవై కోట్లకుపైగా షేర్‌ను తొలివారంలో సాధించింది. ఇంక ఇంత కన్నా రాకపోవచ్చు. ఎందుకంటే సినిమాల తాకిడి ఎక్కువ వుంది. వస్తున్న కలెక్షన్ కూడా కాస్త తగ్గుముఖం పట్టింది.
- 'జై సింహా' బయ్యర్లు దాదాపుగా అందరూ బ్రేక్ ఈవెన్ దశకు చేరిపోయారు. ఒకరిద్దరు లాభాలు కూడా చేసుకున్నారు.
- పండుగ సినిమాలు మరేవీ లాభాలు చేసుకోలేదు. ఇక నుంచి వరుసగా సినిమాలు వున్నాయి ఫిబ్రవరి అంతా సినిమాలే సినిమాలు. కానీ సీజన్ సహకరిస్తుందా అన్నదే చూడాలి. ◆

కామసూత్ర హోటల్



తారలు వ్యాపారంలోకి దిగడం సర్వసాధారణ విషయంగా మారిపోయింది.

శ్రీలంక హాట్ బ్యూటీ జాక్వెలిన్ ఫెర్నాండెజ్ స్వదేశంలో చైన్ హోటల్స్ బిజినెస్ ఆరంభించింది. పేరుమాత్రం సూపర్ వెరైటీ- 'కామసూత్ర'.

తన హోటల్ పేరును పేర్కొంటూ ఏకంగా ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో ఫోటోలు షేర్‌చేసింది.

ఈ బిజినెస్‌ను త్వరలోనే ఇండియాలో కూడా విస్తరింపజేస్తుందట. చూడగానే చటుక్కున ఆకర్షించే పేరు భోజనప్రియులకు గబుక్కున స్వాగతం చెప్పగలదన్న ఆశ కాబోలు. ◆

కష్టపడి కన్విన్స్ చేశా

యుకెలో పుట్టి, పెరిగిన మోడల్,నటి సప్నపబ్బి 'తొలిప్రేమ' సినిమాలో స్పెషల్ సాంగ్ చేస్తోంది.

'షోబిజ్' సినిమాలో కెరీర్‌కోసం ఐదేళ్ళనాడు ముంబయిలో కాలు పెట్టింది.

"సినిమాల్లో చేరాలన్న నా నిర్ణయం మా నాన్నకు సంతోషాన్ని ఇవ్వలేదు.నేను కష్టపడి కన్విన్స్ చేశాను. ఇండియా వచ్చాక అనేక మోడలింగ్ ఎసైన్‌మెంట్స్ చేశాను. టీ.వీ.సిరీస్ 24 బాగా సక్సెస్ అయింది.

'తొలిప్రేమ' సినిమాలో నేను చేసిన పాటకు చాలా ప్రాధాన్యం వుంది. ఇదో గొప్ప అనుభవం. సినిమాలకు సంబంధించి సరికొత్త దృక్పథాన్ని నాకీ పాట అందించింది. పరిశ్రమలో నాకు బాధ్యత పెరిగినట్లయింది" అంటున్నది. ◆



టచ్ చేసేంత ధైర్యమే...?

పనసకాయ దొరకగానే తద్దినం అయిపోయినట్లు కాదు. చాలా తతంగం వుంటుంది. అలాగే సినిమా డైరెక్ట్‌చేసే చాన్స్ వచ్చేయగానే సరిపోదు. సరైన సినిమా తీసి తెరపైకి తేగల సత్తా వుండాలి. అలాంటి సత్తా వుంటే సరైన సినిమా వస్తుంది. నిజానికి ఎంతో కష్టపడితే కానీ సినిమా డైరెక్షన్ చాన్స్ రాదు. కానీ అంతకు అంతా కష్టపడితే కానీ,సరైన సినిమాకూడా తయారుకాదు.

కానీ అలా కాకుండా, హీరోను నమ్ముకుని, అతగాడి ఇమేజ్‌నే శ్రీరామరక్ష అనుకుని,ఆ ఇమేజ్ చట్రంలో ఇమిడే కథ అల్లుకుని, ఆ విధంగా ముందుకుపోతే, మరోసారి ముందుకు వెళ్ళే చాన్సే లేకుండాపోతుంది.అందుకు లేటెస్ట్ ఎగ్జాంపుల్ ఈ వారం విడుదలైన 'టచ్ చేసి చూడు' సినిమా.

సరే,సినిమా మంచి చెడ్డలు చూసే ముందు ఆనవాయితీగా కథ తెలుసుకుంటే... పాండిచ్చేరిలో ఫక్తు ఫ్యామిలీ పర్సన్‌గా వుంటూ, బిజినెస్ చేసుకుంటూ వుంటాడు కార్తికేయ (రవి తేజ). పుష్ప (రాశీ ఖన్నా) అనేఅమ్మాయితో పెళ్ళికూడా ఫిక్సవుతుంది.

ఇలాంటిటైమ్‌లో అతగాడి చెల్లి ఓ హత్య చూస్తుంది. హత్యచేసినవాడిని ఐడెంటిఫై చేస్తుంది. కానీ ఆ హత్యచేసినవాడు ఐదేళ్ళక్రితం చనిపోయివుంటాడు పోలీస్ రికార్డుల ప్రకారం.

అక్కడే కథ టర్న్ తీసుకుని వెనక్కి వెళ్తుంది. ఆ హత్యచేసినవాడు అలా పోలీస్ రికార్డుల్లో చనిపోయినట్లు వుండడానికి కారణం ఈ కార్తికేయనే.

కార్తికేయ ఎవరో కాదు,గతంలో టఫ్ పోలీస్ ఆఫీసర్. హైదరాబాద్‌లో నేరస్తులను గడగడలాడించినవాడు. అలాంటివాడు ఇలా పాండిచ్చేరిలో బిజినెస్ మేన్‌గా ఎందుకు మారిపోయాడు. అసలేంటి గొడవ? ఇవన్నీ మిగిలిన సినిమా.



సినిమా సంగతి చూసేముందు, కథకుడు వక్కంతం వంశీకి వందనాలు అర్పించేయవచ్చు. ఇంత అద్భుతమైన కథ ఇచ్చినందుకు కాదు, ఇంత పరమపాత, రోత, అరిగిపోయిన రికార్డులాంటి కథను తీసుకువచ్చి, నిర్మాతలకు ఎలా అంటగట్టగలిగాడా? హీరో రవితేజను ఎలా ఒప్పించగలిగాడా? అందుకు ఆయనకు వందనాలు అర్పించాలి.

ఇలాంటి కథవల్లే, పాపం,దర్శకుడిగా మారి హిట్ కొడదామనుకున్న ఓ కుర్రాడి ఆశలు అడియాశలైపోయాయి. ఎన్ని సినిమాలు చూడలేదు ఇలాంటి కథతో. పోనీ కథలు కొత్తగా ఎక్కడ పుడతాయి, స్క్రీన్‌ప్లే కొత్తగా వుండాలి కానీ అని, సరిపెట్టుకుందామంటే, అది అంతకన్నా హీనంగా వుంటుంది.

ఇలాంటి స్క్రీన్‌ప్లేకు ప్రత్యేకంగా ఓ రచయిత అక్కర్లేదు. ఇదీ కథ అంటే, సగటు సినిమా ప్రేక్షకుడు ఎవరైనా, ఇదీ స్క్రీన్‌ప్లే అని చెప్పేస్తారు. ఎందుకంటే ఇలాంటి కథలతో ఇప్పటికి సవాలక్ష సినిమాలు వచ్చేశాయి కదా? సరే, కథ, స్క్రీన్‌ప్లే అలా అఘోరించాయి, సన్నివేశాలైనా కొత్తగా వుంటాయేమో? అనుకుంటే అదీ అడియాశే. దీంతో సినిమా ఏమాత్రం ఆసక్తికరంగా లేకుండా తయారయింది.

సినిమా తొలిసగం కాస్త ప్రామిసింగ్ నోట్‌తోనే ప్రారంభమవుతుంది. హీరోయిన్ మీద రన్ చేసిన కాస్త కామెడీ బాగానే వుందనిపిస్తుంది. కానీ డీగ్లామర్‌గా వున్న హీరో రవితేజ ఫేస్, సరిగ్గా ఆకట్టుకోని పాటలు కలిసి, తొలి సలభై నిమిషాలను టార్చర్‌గా మార్చేస్తాయి.

అందరూ ఊహించేవిధంగానే ఇంటర్వెల్ బ్యాంగ్ పడి, సరే, ద్వితీయార్ధం అయినా బాగుంటుందేమో అన్న కాస్త క్యూరియాసిటీని కలిగిస్తాయి. ద్వితీయార్ధం అంతా సింగం సిరీస్‌ల మాదిరిగా ఫాస్ట్‌ఫాస్ట్‌గా పరుగెడుతుంది. రవితేజ స్టైల్‌లో పోలీస్ అధికారిగా, ఆ డైలాగులు, ఫైట్లు, ఇతరత్రా వ్యవహారాలు పరవాలేదనిపిస్తాయి.

ఆ తరువాత అవికూడా పెద్దగా ఆకట్టుకోవు. పైగా ఇంకో సమస్య ఏమిటంటే, సినిమా ఓసారి నిరాశగా మొదలైన తరువాత మళ్ళీ ఎక్కడా ఎత్తుకున్న దాఖలా వుండదు. దాంతో మంచి సీన్లు,

చెడ్డ సీన్లు అన్నీ కలిపి టోటల్‌గా రొడ్డకొట్టుడుగా మారిపోయింది. సినిమాలో కథ మాత్రమే కాదు, పాటలు, ఫైట్లు, మాటలు, ఇవన్నీ ఏవీ ఆసక్తికరం కాకుండాపోయాయి. దీంతో సినిమా పూర్తిగా కేరాఫ్ డంఫ్ యార్డ్ అన్నట్లు అయిపోయింది.

రవితేజకు వయసు మీదపడింది అని తెలుసు కానీ, మొన్నటికి మొన్న 'రాజా ది గ్రేట్'లో బాగున్నాడు. కానీ అంతలోనే ఈ సినిమాలో ఇంత డీగ్లామర్ ఎందుకు అయిపోయాడో ఆయనకే తెలియాలి. రాశీఖన్నా కాస్త ఫరవాలేదు.

సీరత్‌కపూర్ ఓ పాటలో అందాలు ఆరబోయడానికి పనికివచ్చింది. భారీ స్టార్ కాస్ట్ వుంది కానీ, ప్రతిభ ఎక్కడా కనిపించలేదు. అసలు ఆ గమనింపు లేనంతగా సినిమా వుంది.గుండు సుదర్శన్ చాన్నాళ్ళతర్వాత కాస్త ఎక్కువసేపు స్క్రీన్‌పై కనిపించి నవ్వించారు.

వెన్నెల కిషోర్, సత్యం రాజేష్ కాస్త నవ్వించే ప్రయత్నంచేశారు. కథ, కథనాలు బాగుంటే ఇవన్నీ గమనింపులోకి వస్తాయి. ఎప్పుడైతే అవి గాడితప్పేశాయో ఇవన్నీ వృధా అయిపోయాయి.

సాంకేతిక విలువలు పెద్ద గొప్పగా ఏం లేవు. మణిశర్మ నేపథ్య సంగీతంకూడా కథలాగే రొటీన్‌గా వుంది. సినిమాటోగ్రాఫర్‌లు ఇద్దరు పనిచేయడం వల్లనేమో? సినిమాలో ఫ్రేమ్‌కు ఫ్రేమ్‌కు తేడా వుంది. టోటల్‌గా ఒకటే టోన్‌లో కనిపించలేదు.

మొత్తం మీద ఓ కొత్త దర్శకుడి విఫలయత్నం 'టచ్ చేసి చూడు'.

ప్లస్‌పాయింట్స్...
తొలిసగంలో కాస్త కామెడీ
మలిసగంలో కాస్త యాక్షన్

మైనస్‌పాయింట్స్...
రవితేజ
కథ, కథనాలు

పంచ్‌లైన్
కాలిపోద్ది



స్వీయ తప్పిదాలే

పదేళ్ళ కాలంలో కెరీర్ ఎన్ని మలుపులు తిరిగినా రెజీనా స్థాయి అంతగా పెరగలేదనే చెప్పుకోవాలి. తనలోని ప్రతిభను నిరూపించుకోవడానికి ఆశగా ఎదురుచూస్తూనేవుంది.

ఇలా కెరీర్ కొసరి కొసరి సాగడానికి స్వంత తప్పిదాలే కారణమని ఫ్రాంక్‌గా చెప్తోందికూడా. కెరీర్ ఆరంభంలో ఓ వ్యక్తితో ప్రేమలోపడి, సినిమాల ఎంపికలో తప్పులు చేశానంటున్నది."నిజానికి గత సంవత్సరం నాకు గొప్ప యేడాది కాదు. ఏ సినిమా కూడా ఆశించిన ఫలితాలు ఇవ్వనేలేదు. 2018 ఆశించిన స్థాయిలో ఉంటుందని భావిస్తున్నాను" అంటూ మరోమారు ఊహలపల్లకి ఎక్కుతోంది రెజీనా. ◆



చివరి రోజుల్లో...

పై అధికారులు అతన్ని పక్కకు వెళ్ళమన్నారు. కారణం అతనికి చెయ్యి విరిగి పూర్తిగా కోలుకోలేదు. ఇంకా కొంతభాగం ప్లాస్టర్ వేసివుంది. అలాంటి సమయంలో నువ్వు యుద్ధానికి ఏమిటి పనికిరావన్నారు. కాని మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ ఒప్పుకోలేదు. "నేను వెళ్ళితీరతాను. నేటివరకు బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం తరపున పోరాడాను. ఇప్పుడు తొలిసారిగా స్వతంత్ర భారతదేశం తరపున యుద్ధం చేసే అవకాశం వస్తే వద్దంటారా!" అంటూ కళ్ళనీళ్ళు పెట్టుకున్నాడు.

మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ
(1923-1947)

నేడు శ్రీనగర్ మన చేతిలో ఉందంటే అందుకు మూలం మేజర్ శర్మ త్యాగం. మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ డిశంబర్ 31, 1923న జమ్మూలో జన్మించాడు. ఆయన తండ్రి ఆర్మీ అధికారే.

మిలిటరీ కాలేజీలో చేరి 1941 నాటికి అంటే పద్దెనిమిదేళ్ళ ఏళ్ళ వయసులోనే ఆఫీసర్‌గా పట్టభద్రుడయ్యాడు. 1942లో కమిషన్డ్ ఆఫీసర్‌గా రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో పాల్గొన్నాడు. ఆ సమయంలోనే ఎన్నో సాహసాలు ప్రదర్శించాడు.

శత్రువులు కాల్పులు జరుపుతుండగా గాయపడిన ఒక సైనికుడిని భుజాన వేసుకుని, మరో చేత్తో జపనీయులమీదకు కాల్పులు జరుపుతూ సురక్షిత ప్రాంతానికి తరలించిన సాహసి మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ.

1947లో భారతదేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చింది. అయితే ఆ స్వాతంత్ర్యం ఇస్తున్నట్టే ఇచ్చి భారత్‌ని ఇరకాటంలో పెట్టే ఎత్తుగడ వేసింది బ్రిటన్.

భారత్‌లో ఉన్న సంస్థానాలు స్వతంత్రంగా ఉండేందుకు అవకాశం కల్పించింది. ఆ సంస్థానాలలో కొన్నింటి పాలకులు అదొక గొప్ప అవకాశంగా భావించారు. అందులో కాశ్మీర్ ఒకటి.

ఆగష్టు 15న స్వాతంత్ర్యం వచ్చినా కాశ్మీరీ మహారాజు ఏ దేశంలోనూ కలిసే నిర్ణయం తీసుకోలేదు. దీనిని ఆసరాగా తీసుకుని పాకిస్తానీ ముష్కరులు కాశ్మీర్‌మీద తెగబడ్డారు. దిక్కుతోచని పరిస్థితుల్లో అక్టోబర్ 26, 1947న భారతదేశంలో విలీనానికి సంతకం చేశాడు కాశ్మీర్ రాజా.

కాశ్మీర్‌ని రక్షించుకోవాల్సిన బాధ్యత భారత ప్రభుత్వంమీద పడింది. ఆక్రమణకు వస్తున్న పాకిస్తానీ ముష్కరులను నిలువరించేందుకు సైన్యాన్ని పంపాలి. ఎవరెవరిని ఎక్కడెక్కడికి పంపాలి అని సైనికాధికారులు లెక్కలు వేస్తున్న సమయంలో 'నన్ను పంపండి' అంటూ స్వచ్ఛందంగా ముందుకు వచ్చాడు మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ.

పై అధికారులు అతన్ని పక్కకు వెళ్ళమన్నారు. కారణం అతనికి చెయ్యి విరిగి పూర్తిగా కోలుకోలేదు. ఇంకా కొంతభాగం ప్లాస్టర్ వేసివుంది. అలాంటి సమయంలో నువ్వు యుద్ధానికి ఏమిటి పనికిరావన్నారు. కాని మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ ఒప్పుకోలేదు.

'నేను వెళ్ళితీరతాను. నేటివరకు బ్రిటీష్‌ప్రభుత్వం తరపున పోరాడాను. ఇప్పుడు తొలిసారిగా స్వతంత్ర భారతదేశం తరపున యుద్ధం చేసే అవకాశం వస్తే వద్దంటారా!' అంటూ కళ్ళనీళ్ళు పెట్టుకున్నాడు.

పైగా మేజర్ శర్మది జమ్మూ. నా సొంత పట్టణం మీదికి శత్రువులు వస్తున్నప్పుడు ఆ యుద్ధంలో నేను లేకపోవటం ఎంత అవమానం అని వాదించాడు. సరేనని చివరికి సైనికాధికారులు అంగీకరించారు.

జమ్మూ-కాశ్మీర్ రాజధాని శ్రీనగర్‌ని కాపాడే బాధ్యతను చేపట్టిన నాల్గవ కుమవన్ సైనికదళాలకు నేతృత్వం వహించమన్నారు. ఢిల్లీనుండి శ్రీనగర్‌కి విమానంలో వెళ్ళారు. బహుశా వారిదే అక్కడ దిగిన తొలి భారతీయ సైనిక విమానం. శ్రీనగర్ విమానాశ్రయం పట్టుకుంటే విజయం తమదేనన్నది పాకిస్తాన్‌కి తెలుసు. విమానాశ్రయం చేరి రన్‌వే ధ్వంసం చేస్తే భారత సైనిక విమానాలు దిగలేవు. అందుకోసం పాకిస్తానీ ముష్కరులు చొచ్చుకువస్తున్నారు.

శ్రీనగర్ ఎయిర్ బేస్‌కి నాలుగుమైళ్ళ దూరంలో ఉన్న బద్గాం దగ్గరికి మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ తన బలగాలతో చేరాడు. శత్రువులను అక్కడే నిలువరించాలి. శ్రీనగర్ ఎయిర్ బేస్ కాపాడాలి.

బద్గాంలో పరిస్థితులు గంభీరంగా, ప్రశాంతంగా ఉన్నాయనిపించింది మేజర్‌కి. కాని అప్పటికే పాకిస్తానీ ముష్కరులు బద్గాంలోని జనంతో కలిసిపోయారు. కాబట్టి తనదగ్గరున్న 90 మందితో వచ్చే ముష్కరులను నిలువరించగలమనుకున్నాడు మేజర్ శర్మ. అయితే పాకిస్తానీ ముష్కరులు మధ్యాహ్నం సమయానికి మూడువైపులకు పాయలులాగా వెళ్ళిపోయి హఠాత్తుగా కాల్పులు మొదలుపెట్టారు.

పాకిస్తాన్ ఆటవికులు, సైనికదళాలు కలిసి కాల్పులు జరుపుతున్నారని మేజర్ శర్మకి అర్థమైంది. కాని గ్రామంవైపు కాల్పులు జరిపితే అమాయకులు మరణిస్తారుకాబట్టి అటు కాల్పులు జరపనివ్వలేదు మేజర్ శర్మ. శత్రువుల సంఖ్య అధికంగా ఉంది.

కాబట్టి అదనపు బలగాలు, మందుగుండు పంపమని పైఅధికారులకు విన్నవించి ఇక తాను స్వయముగా ముందుండి పోరాటం నడిపించేందుకు సిద్ధమయ్యాడు మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ.

భారత భవిష్యత్తు ఈ నాలుగు మైళ్ళ భూభాగం మీద ఆధారపడివుంది. దానిని రక్షించే బాధ్యత తన మీద ఉందని మేజర్ శర్మకి అర్థమైంది. తన సైనికులకు ఎలా పోరాడాలో చెపుతూ, విరిగిన తన చేతి బాధను భరిస్తూనే స్వయంగా మైదానంలోకిదిగాడు. శత్రువు సంఖ్య అధికం. గబగబా వస్తున్నారు.

మరో 50 గజాల దూరంలోకి వచ్చారు శత్రువులు. అయినా బద్గాం దాటి ముందుకు రానివ్వం, వారిని అని తన చివరి సందేశం వైర్‌లెస్‌లో ఇచ్చాడు అధికారులకు. సరిగ్గా ఆ సమయంలోనే మేజర్ శర్మ కంపెనీ మందుగుండు సామాగ్రిమీదికి శత్రువు విసిరిన గ్రెనైడ్ వచ్చిపడింది. మొత్తం పేలింది.

మేజర్ సోమనాథ్ శర్మకి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. బాధతో కొట్టుకుంటున్నాడు. కాని అతని దృష్టి ఆకాశంవైపు ఉంది. శ్రీనగర్ విమానాశ్రయంమీద వున్నాయి అతని కళ్ళు. అదే సమయంలో అతనికి విమానశబ్దం వినిపించింది.

భారతీయ వాయుసేన విమానాలు ఒకదానితర్వాత మరొకటి శ్రీనగర్ ఎయిర్‌బేస్‌లో దిగుతున్నాయి. ఆ దృశ్యం చూసిన సోమనాథ్ శర్మ కళ్ళలో ఆనందం. నా నేల సురక్షితం. నా సహచర సైనికులు ఇక మిగిలిన బాధ్యత తీసుకుంటారు.

'భారత్‌కోసం నేను చేస్తున్న బలిదానం ఇది' అనుకుంటూ కన్నుమూశాడు మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ. ఆ సంఘటన జరిగింది నవంబర్ 3, 1947న. నాటికి మేజర్ శర్మ వయసు 24 సంవత్సరాలే.

స్వతంత్ర భారతదేశంలో అత్యంత సాహసాన్ని ప్రదర్శించిన సైనికులకు ఇచ్చే పరమవీరచక్రను తొలిసారిగా అందుకున్న వీరుడిగా చరిత్రలో నిలిచిపోయాడు మేజర్ సోమనాథ్ శర్మ. అదికూడా పాతికేళ్ళ వయసు లోపు సాధించినవాడు మేజర్ శర్మ.

ఈ శీర్షిక మీదే

ఉత్తమ ప్రశ్నకు ₹ 500
ప్రతి ప్రశ్నకు ₹ 300 బహుమతి

ఉత్తమప్రశ్న-సమాధానం

▸ ఎల్.ఆర్.కె.రావు, ఒడిషా

పక్షులు ఆకాశంలో అలా హాయిగా ఎలా ఎగరగలుగుతున్నాయి?

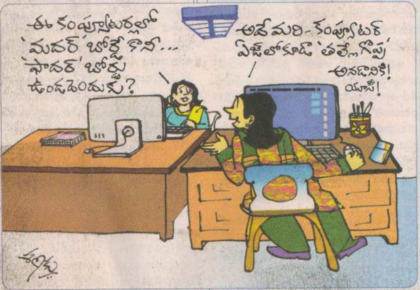
రెక్కాడితే కాని డొక్కాడదనే కాబోలు.

▸ ఎ.అశోక్‌కుమార్, హైదరాబాద్

చరిత్రను తిరగరాసేదెవరు?

'చరిత్ర' సబ్జెక్ట్ విద్యార్థులు.

ఈ కార్టూన్ మీదే



▸ ఎమ్.కృష్ణ, కాకినాడ

పదిమంది నవ్వితే?

'మంద'హాసం.

▸ ఎ.అశోక్‌కుమార్, హైదరాబాద్

భర్త 'సర్దుకుపోకపోతే' ఏం జరుగుతుంది?

భార్య బట్టలు 'సర్దుకుని' వెళ్ళిపోతుంది.

▸ బి.రాజేంద్ర, వేళ్ళచింతలగూడెం

కరెంటు పోయినా కంగారుపడనివారెవరు?

శోభనం గదిలో వధూవరులు.



"ఓ ఏభై వుంటే దానం చెయ్యండి బాబూ" అంటూ అడుక్కుంటున్నాడు బిచ్చగాడు.

అది చూసి ఆశ్చర్యపోయిన సుందరమ్మ "ఏమిటి ఏభై రూపాయిలే" అంది.

"ఎంతసేపటికీ మీ గురించే ఆలోచించుకుంటారు గాని మా స్టేటస్ పెరుగుతుందని అనుకోరేమిటమ్మా" అంటూ చిరాకుపడ్డాడు బిచ్చగాడు.

హీరోయిన్‌కి వజ్రాలహారం ఇస్తానన్నాడునిర్మాత. "నేను నగలు గిఫ్ట్‌గా తీసుకోవటం మానేశాను. ఇస్తే ఇల్లు ఇమ్మ"ంది హీరోయిన్.

'అదేమి'టని అడిగితే, "ఇప్పటికే నిర్మాతలు, హీరోలు ఇచ్చిన గిఫ్ట్ నగలు ఏం చెయ్యాలో తెలియక చస్తున్నా" అంటూ వెళ్ళిపోయింది హీరోయిన్.

"అయ్యా డాక్టరుగారూ... మా ఆవిడ ప్రిస్క్రిప్షన్ మార్చండి..." అంటూ వచ్చాడు సర్వేశ్వరరావు.

"ఏమైంద"న్నాడు డాక్టర్.

"ఆవిడను నడవమన్నారట... ఇప్పుడు నడక పేరుతో ఎడతెగక షాపింగ్ చేస్తోందండీ..."

"డ్రైవర్, తోటమాలివాళ్ళను కూడా నన్ను తిట్టినట్టు తిట్టకే కాంతం" అంటూ బ్రతిమలాడుతున్నాడు కాంట్రాక్టర్ కనకయ్య.

"ఏం ఎందుకు తిట్టకూడదు..."అంది.కాంతం.

"వాళ్ళకి అభిమానం వుంటుందే... పని మానేసి వెళ్ళిపోతారు" అన్నాడు కనకయ్య.

"నేను ప్రేమించిన కృష్ణ చాలా మంచివాడే...నా కోసం డబ్బు విచ్చలవిడిగా ఖర్చుపెడతాడు. కాని అలా వృధాచేసేవాడితో కాపురం కష్టంకదా... అందుకే అతన్ని పెళ్ళిచేసుకోకూడదనుకుంటున్నా..."

"ఓసి వెర్రి జయంతీ... పెళ్ళి అయిన తర్వాత ఏ మగాడు భార్యకోసం ఖర్చుపెట్టడే... చాలా పొదుపు మనిషవు తాడు.. హాయిగా పెళ్ళిచేసుకో..." అంటూ సలహా ఇచ్చింది స్నేహితురాలు.

"నువ్వు నిజం చెపితే శిక్షపడదు" అన్నాడు జడ్జి. "భలేవారండీ మీరు... ఎన్ని కేసులు చూడలేదు. అబద్ధం చెపితేనే శిక్షపడదని నాకు తెలియదనుకోకండి..." అన్నాడు బోనులో వున్న గుర్నాథం.

"నీకు పిచ్చి తగ్గింది... ఇక మీ ఇంటికి పో" అన్నాడు పిచ్చాసుపత్రి డాక్టర్.

"ఏమిటి... ఇంటికి పోవాలా! మా ఆవిడ దగ్గరికి వెళ్ళాలా... నేనంత పిచ్చోడిలా కనిపిస్తున్నానా" అంటూ ఎదురుతిరిగాడు పేషెంట్.

"ముష్టివాళ్ళందరినీ సైన్యంలో చేర్పిస్తే సమస్య పరిష్కారమవుతుంది కదా" అని ఎవరో అంటే,

పక్కనే వున్న భమిడిపాటి రాధాకృష్ణ "అప్పుడు తుపాకీ పేల్చిపెట్టమని పక్కవాడిని అడుక్కుంటే!!" అనే సందేహం వెలిబుచ్చారట.

అమెరికాలో విమానాశ్రయంలో ఆస్కార్ వైల్డ్‌ని కస్టమ్స్ అధికారులు అందరినీ అడిగినట్టే "మీ దగ్గర విలువైన ఆస్తులు డిక్లేర్ చేయాల్సినవి వున్నాయా!" అని అడిగితే, "నా ప్రతిభ తప్ప నా దగ్గర ప్రకటించేందుకు మరేమీ లేద"న్నది వైల్డ్ సమాధానం.

"మనిషి ప్రాణాలను హరించేవి సిగరెట్, మత్తుమందు... వాటిని వదిలెయ్" అన్నాడు డాక్టర్.

"ఎలాసార్ వదిలెయ్యటం...శత్రువులను ప్రేమించాలని ప్రతి ఆదివారం చర్చిలో ఫాదర్ చెపుతుంటే" అని వాపోయాడు శామ్యూల్.

"నిన్న మాస్టారు పాఠంలో చెప్పిన సూయజ్ కెనాల్ తవ్వింది మా మతస్తులే తెలుసా..." గర్వంగా చెప్పాడు ఇబ్రహీం. "అంతేనా... మొన్న పాఠంలో మాస్టారు చెప్పిన 'డెడ్‌సీ'ని చంపేసింది మా మతస్తులే తెలుసా..." జవాబిచ్చాడు జకరయ్య.

సత్యాన్ని త్రికరణశుద్ధిగా నమ్మితే విజయం తథ్యం. నెమ్మదిగానైనాసరే, మనం జయించక తప్పదు.